د. يوستاس تشير

طاقة الحياة .. قوتك الخفية

كيف تعرف نفسك ؟

تقديم وتحرير

حازم عوض

الكتاب: طاقة الحياة .. قوتك الخفية.. كيف تعرف نفسك ؟

الكاتب: د. يوستاس تشير

تقديم وتحرير: حازم عوض

الطبعة: ٢٠٢٢

الناشر: وكالة الصحافة العربية (ناشرون)

٥ ش عبد المنعم سالم – الوحدة العربية – مدكور- الهرم

– الجيزة - جمهورية مصر العربية

هاتف : ٣٥٨٢٥٢٩٣ _ ٣٥٨٦٧٥٧٦ _ ٣٥٨٦٧٥٧٥

فاكس : ٣٥٨٧٨٣٧٣

http://www. bookapa.com E-mail: info@bookapa.com

دار الكتب المصرية

فهرسة أثناء النشر

تشير ، يوستاس

طاقة الحياة .. قوتك الخفية.. كيف تعرف نفسك ؟/ يوستاس تشير,

تقديم وتحرير: حازم عوض

– الجيزة – وكالة الصحافة العربية.

٢٦٤ ص، ١٨*٢١ سم.

الترقيم الدولى: ٠ – ٢٨٢ – ٩٩١ – ٩٧٧– ٩٧٨

أ – العنوان رقم الإيداع : ١٥٦٩٣ / ٢٠٢١

طاقة الحياة .. قوتك الخفية

كيف تعرف نفسك ؟

وكالة الصحافة العربية
«ناشرون»

مقدمة

ما هي أهدافك؟ وما هي الحياة التي ترجو أن تصنعها لنفسك في أيامك القادمة؟ هذه الأهداف يمكن إيجازها في رغبتك في تنمية قواك إلى أقصى حد ممكن من كل ناحية: الجسد، والعقل، وإدراك الأماني الروحية فيما يتصل بالعمل وأوقات الفراغ والزواج وإنجاب الأطفال.

الإجابة الصحيحة على هذين السؤالين تقتضي منك أن تعرف نفسك جيدا، فكيف تعرف نفسك؟ من أجل تحقيق تلك المعرفة قام عالم النفس الأسكتلندي " دكتور يوستاس تشير، بتأليف كتابه الكبير "كيف تعرف نفسك؟" ذو الستة وعشرين فصلا.

كيف تعرف نفسك؟

داخل كلّ شخصٍ منّا شخصٌ آخر لا نعرفه، يحتاج منّا أن نسمعه ونعرفه، ففي شخصيّاتنا الكثير من التفاصيل التي صنعتها تجاربنا في الحياة، فإذا عرفت نفسكَ ستكتشف الكثير من الأشياء الجميلة التي ستزيد ثقتك بها، وستعرف نقاط ضعفك لتتداركها وتسعى لتجاوزها وتغييرها، والإنسان الذي يعرف نفسه، يستطيع أن يتّجه إلى الأمور التي تتوافق مع شخصيّته، سواءً على المستوى التعليميّ، أو الوظيفيّ، أو حتّى في أبسط الأمور كترتيب بيتك؛ ليعبّر عن شخصيّتك .

في أولها يقرر أن الهدف العملي، والمعقول، في الحياة هو أن تكون بنفسك، لنفسك، أكثر من مجرد الذهن الحافل بانطباعات قراءة الكتب، أو الجسم الرياضي، أو المقدرة العملية على مسايرة ركب الحياة.رغم أهمية هذه الاعتبارات لكن أكثرها أهمية على الأطلاق أن تكون آدمياً حقيقياً. فلا السعادة، ولا الغراميات، ولا حتى المغامرة.. بالأهداف التي تستحق السعي وراءها. لأن شيئاً منها لا يحتوي قدراً من الصلابة يكفي أن نبني عليه حياة كاملة. بل هي أشياء تجيء في أوقاتها بغير أن نبحث

عنها، إذا ما حرصت على أن تكون أنت نفسك بصفة تامة، فإذا تناولت جانباً واحداً من نفسك، وصنعت منه شخصية عظيمة خيالية، فلن تكون نفسك على وجه الإطلاق. فالشخصية "الإجمالية"، التي هي أنت "الحقيقي"، لا يعبر عنها إلا كونك أنت نفسك. وأعلى درجات ارتقائها إنما تعبر عن وجوده الأوضاع الاجتماعية، حيث تكبح جماح رغبتنا الأنانية مراعاة منا للآخرين.

ويصبح دورك هو معرفة التمييز بين ما هو أنت، وما هو ليس أنت، ثم الوصول إلى موازنة "سعيدة" بينهما.

ويطرح الكتاب سؤال: "ما أنا" فنرى كيف خرجت الأنواع البشرية إلى حيز الوجود، تدريجاً، وببطء شديد استغرق زمناً طويلاً جداً، وهي أكثر صور الحياة تعقيداً. ويوضح إنه ليس في الناس من هو ذكر أو أنثى تماماً، أي مائة في كل مائة. وفي مقوماتنا الشخصية يجد معظمنا نفسه مزيجاً يجتمع فيه بعض من خصائص الأنثى، وبعض من خصائص الذكر، ولو أنه في الأغلبية العظمى من الأحوال، تتغلب فينا الأنوثة أو الذكورة، بحيث تجعل منا رجالاً أو نساء، بصورة واضحة. على أنه يحدث أحيانا أن يقع خطأ ما. ففي كل واحد منا، تبقى خصائص صغيرة معينة من الجنس الآخر. ويبدو أن "كروموسومات" الجنس في بعض الأسر من بني البشر، فيها احتمالات كامنة للارتداد إلى مراحل متقدمة من النمو الجنسي في تاريخ الحياة. وإذا حدث أن كانت "الكروموسومات" الجنس في كل من الوالد والوالدة، فيها مثل تلك الاحتمالات، فإن امتزاج بذرتيهما من شأنه أن يزيد احتمال وجود شذوذ في أطفالهما على نحو مماثل. وحين يحدث ذلك، فمن المتوقع أن تكون نتيجته شخصاً له مشاعر الذكر والأنثى فيما بينه وبين نفسه إلى درجة غير مألوفة. وهذا من شأنه أن يزيد الصعاب في حياة مثل هؤلاء، ولاسيما في حياتهم الجنسية.

ثم يطرح سؤال: من أنا؟، ومن خلاله يفكر في الشخص باعتباره جسدا وعقلا، فكل منا له جسم، فإننا نستطيع أن نبصر، وأن نحس، ونلمس ذلك الجسم. أما فيما

يعني العقل، فالأمر ليس كذلك تماماً. ومن الصعب مجرد تحديد ما نعنيه بكلمة العقل. كذلك لا يمكن أن نبحث العقل والجسم كلا على حدة. لأن لكل منهما على الآخر، تأثيراً قوياً كثيراً ما يحدث. وهناك مجموعة خاصة من الأعضاء موزعة على جميع أجزاء الجسم، يبدو أنها تقوم بدور الوسيط بين الجسم والعقل. وهذه يقال لها "الغدد الصماء". وهي تقوم بدور حيوي الأهمية من الناحيتين الجسمانية والعقلية. أما السؤال المهم الثالث فهو: "من أنت"؟، وبعبارة أخرى: كيف تعرف أنك أنت؟ ما ذلك الشيء الذي يجعلك بمعزل عن الآخرين، ما الذي يجعلك تشعر في أعماق نفسك، "أنني أنا نفسي"؟ فكل منا يشعر بأن له "ذاتا" منفصلة. على أننا لا نعرف على وجه التحديد، ما هي هذه "الذات"، وأن كان كل منا يعلم ماذا يقصد بها. فيمكن أن تدعوها "الروح" أو "الشخصية" ويحاول علم النفس أن يصل إلى تلك الشفرات المفسرة للاختلاف بين الشخصيات، والكامنة وراء سلوك كل شخص، فإنك لا تستطيع أن تغير شيئاً إلا إذا عرفت السبب في وجوده. وحتى يدرك الناس أسباب سلوكهم، فإنهم لن يكونوا كائنات حرة، بل مجرد عبيد لأحداث صغيرة مؤسفة، وقعت لهم في طريق الحياة.

مقومات شخصية

وعن الوراثة وكيفية انتقال المقومات الشخصية من الأم والأب، إلى أطفالهما، يشرح الكتاب أن الخلية تتكون من نواة وجزيئات مختلفة معلقة في سائل. وكل خلية في جسمك تحتوي في نواتها، على ثمانية وأربعين من الجزئيات الملونة يقال لها "كروموسومات". وهذه الجزيئات مسئولة إلى حد كبير عن تعيين "جنس" الطفل، أن كان ذكراً أو أنثى. وهي تحتوي على جرثومة الميول الوراثية، سواء من الناحية المادية أو الناحية المعنوية، فأنت لست مقيداً تماماً بما تنقله إليك الوراثة من المقومات الشخصية. فإن الأشياء التي تحدث لك أثناء مراحل حياتك قد تغير بطريقة ما الأثر الأصلي لطبيعة تلك الجزيئات "الكروموسومات".

وأنت نفسك، بمحض رغبتك وكامل وعيك، قد تتغير أيضاً إلى ما هو أحسن أو أسوأ الاحتمالات الأصلية "الكروموسومات" التي أعطيت لك أثناء حمل أمك فيك.

ويتناول الكاتب كل ما يتعلق بالحمل ومراحل تطور الجنين، ثم يستفيض في شرح كل اجهزة جسم الإنسان كما لو كان كتابا في البيولوجيا أو الفسيولوجيا، فكون الكتاب لعالم نفسي لم يدفعه للتعامل مع نفس الإنسان فقط، فالإنسان يتعين وجوده باعتباره جسدا، كما أن الجسد والنفس معا يكونان الإنسان الذي يتوجه له الكتاب "كيف تعرف نفسك؟"، لذلك لزم الحديث عن الجسد بالتفصيل قبل التطرق إلى مسائل النفس.

أما مسائل النفس فيبدأها بالتفرقة بين العقل الواعي والعقل الباطن أو اللا واعى، وهو بمثابة خزانة محفوظات الذاكرة، وفي هذه الخزانة "أدراج" موغلة في العمق حقا، ندفن فيها ذكرياتنا الأليمة والمخزية التي نفضل أن ننساها. وهناك أيضاً، الذاكرة الوراثية، التي هي جزء من العقل الباطن، ويتناول هنا مؤثرات مرحلة الطفولة والخبرات المكتسبة منها على سلوك المرء في شبابه، سواء كانت تلك المؤثرات إيجابية أم سلبية، موضحا دور الوالدين والمعلمين في التنشئة السليمة للأطفال. وفي مرحلة الصبا يبرز دور الصداقة والحب في التكوين النفسي.

حين تصير رجلاً أو امرأة

تحت هذا العنوان يتناول الكاتب مرحلة المراهقة، حيث تنمو الغرائز الجنسية وتؤثر في سلوك الإنسان منبئة عن انتقاله من مرحلة الطفولة إلى النضج، فيشرح ما يسمى بصدمة الحيض حينما يحدث للفتاة لأول مرة معلنا عن أنها أصبحت إمرأة، وينبه الأم لخطورة دورها وضرورة وقوفها إلى جانب ابنتها بتقديم المعلومات عن هذه المرحلة وما يصاحبها من تطورات وتغيرات نفسية وجسدية، ونفس الأمر للولد حينما يحدث له لأول مرة الاستمناء أو الأحلام المبلولة بحسب تعبير الكتاب. وبعد اجتياز

مرحلة المراهقة ويصبح الإنسان رجلا أو امرأة تكتمل شخصيته، وليس قبل ذلك فإن نمو الشخصية يعد من أبطأ التطورات التي تقترن بها حياة الإنسان. وهنا لا يستغرق الكتاب في حديث عن الشخصية، بل يتحدث عن الرجل والمراة والحب والزواج والجنس، فهو منذ الصفحة الأولى يخاطب القارىء باعتباره هدفا أصدر الكتاب من أجل إرشاده لحياة أفضل، وحياته لن تكون أفضل إن لم يعرف نفسه، لذلك كانت المعلومات الأكاديمية عن الشخصية وغيرها من المفاهيم والمصطلحات السيكولوجية مقتضبة تماما، ولم ترد إلا بحسب الحاجة إليها وعند الضرورة، بينما أفاض في الحديث عن تأثيرات الجوانب السيكولوجية على الحياة، خصوصا عند اتخاذ قرارات مصيرية مثل اختيار العمل واختيار شريك أو شريكة الحياة، فكان يتحدث عن مقومات وأسس ينبني عليها اتخاذ القرار، وإرشادات تسهم في نجاح الأسرة أو العمل، أو على الأقل تحول دون الفشل وتسهم في حل المشاكل التي قد تعترض الإنسان بوصفه موظفا أو زوجا.

فمثلا عند اختيار وظيفة ينصح الشخص بأن ينظر إلى العمل أولا باعتباره وسيلة إلى غاية، وليس غاية مطلقة، بمعنى أنه الوسيلة التي يعول بها نفسه، فإن كان متعطلا وسنحت له فرصة عمل فليقبلها حتى لو لم يجد العمل مناسبا لميوله وقدراته، على أن يكون مؤقتا، فيعول نفسه حتى يجد العمل الأنسب الذي يحقق من خلاله ذاته، عندئذ ينظر إلى العمل باعتباره غاية، في حد ذاته. بمعنى أنه شيء ينبغي أن يشعرك بالارتياح وأنت تقوم بأدائه، وأن يساعدك على تنمية قدراتك. وللنجاح في الحياة بصفة عامة يؤكد أنه رغم أهمية الكفاءة الشخصية، إلا أنها ليست العامل الوحيد الذي يحقق النجاح، ويقول ليست المقدرة والتعليم بالشيء الكافي بل أنه لا يكفي أن تكون كفئاً في ناحية اختصاصك ، إلا إذا كان نمو شخصيتك على مستوى واحد مع كفايتك. ويضيف بأن الاستقرار بمعنى الاستمرار في العمل وتحقيق المكانة فيه يرتبط بذلك كله فضلا عن التدريب والتربية التي تلقاها طفلا في أسرته، وفي العمل خصوصا والحياة عموما لن يجد الإنسان الاستقرار الذي يبغيه إلا بزيادة ضبط

النفس، وبزيادة فهم الآخرين والتسامح معهم.

أيضا لا تكن مسرفاً في آمالك بحيث تتخطى حدود ما وهب لك من حيث البيئة والشخصية. فإنه يكون من السخف أن تتعلق بأهداب أمنية مستحيلة التحقيق، في حين أنك قد تظفر بالرضا إذا أنت قنعت بما هو مستطاع في ظروفك الحاضرة، أو بما يزيد عنه قليلاً في بعض الأحيان.

حازم عوض

الفصل الأول

العالم الذي نعيش فيه

من المحقق أننا لا نعيش في حيز مقفل من الفراغ لا هواء فيه، فأجسامنا تعتمد إلى حد كبير، لتوفير صحتها وعافيتها، على ما يحيط بنا من الأشياء التي نعيش بينها. وهذه الأحوال تختلف أشد الاختلاف، ليس بين بلد وبلد آخر، بل بين مكان ومكان آخر في نفس البلد.

وإذا كنت قد ولدت ونشأت في حي مزدحم غير نظيف تماماً، من أحياء مدينة كبرى، فإن جسمك يكون عرضة لأن يعاني نتائج قلة الهواء النقي وأشعة الشمس. كما أن آلاف الأطفال في هذه البلاد المتحضرة، لا يزالون بحاجة إلى ما يكفي من أنواع الأغذية المناسبة. ولهذا يشبون عن الطوق وهم مرضى وضعفاء، بغير ذنب. وكثيراً ما يفترسهم من الأمراض والعلل، ما لا يفترس غيرهم من الأطفال الذين لهم بيوت نظيفة مريحة صحية.

وليست الأمراض وغيرها من العلل المماثلة، هي أوخم العواقب التي تؤدي إليها الأحوال المعيشية المتدهورة، أو التنشئة المنحطة. فإن الظروف التي تتم فيها تربيتنا تترك في عقولنا وقلوبنا، مثل ما تترك في أجسامنا من الآثار.

فليس من السهل أن يقوم الطفل بأداء واجبه المنزلي إذا كان جميع أفراد العائلة يعيشون في غرفة واحدة. كما أن من العسير على أي طفل يعيش في بيت تسوده المشاحنات الدائمة، أو المتاعب المالية، أن تسلم نظرته إلى الحياة من الانحراف.

كذلك يمكن أن يؤدي إلى مثل هذه النتائج، الإسراف في ممارسة طقوس الدين، أو تلقين مبادئ الأخلاق. كما أن الإقلال منهما أيضاً يؤدي إلى نفس النتائج. بحيث

ينتهي الأمر إلى تكوين أناس ذوي عقول ضيقة، لا يطيقون سماع أفكار غير أفكارهم، أو أناس غيرهم يظنون أن العالم كله مخلوق لمصلحتهم، ويتجاهلون مصالح جيرانهم.

وعلاج هذه العلل أصعب من علاج أمراض الأجسام. فالمرض يستطاع إبراؤه، في حين أن الجروح النفسية قد تظل على حالها بصورة دائمة، لأن قوة إرادة الفرد وحدها هي التي تساعد على علاجها. وأولئك الذين انحرفت عقولهم وقلوبهم على هذا النحو، يجهلون في معظم الأحيان حقيقة ما أصابهم، كما يجهلون السر في عجزهم عن السير في موكب الحياة بانتظام.

وأمثال هذه الاصابات في باكورة الحياة، هي التي تجعل الناس فيما بعد، يشتطون في سلوكهم غاية الاشتطاط. وقد يتطرفون في آرائهم السياسية، وقد يسرقون، وقد يخدعون، ويخونون أصدقاءهم، وقد يصبحون فنانين، أو قديسين. وعلى حسب انفعالاتهم خلال شخصياتهم الأساسية، يتجهون في التطرف إلى غاية أو أخرى من الخير أو الشر.

ولقد حاول البعض أن يزعموا أن الأهداف العظيمة التي بلغها رجال ونساء، كان في بدء حياتهم نقص ملحوظ، تبرر إلى حد ما، الأحوال المعيشية الرديئة التي تبدو كأنما كانت حوافز دفعت بهم في طريق النجاح، ولكنني بصفة عامة، لا أظن أن هذا الزعم يستند إلى أساس يدعمه. فإن أشخاصاً لا يقلون عن هؤلاء من حيث الفائدة والمقدرة على الابتكار، قد نشأوا في ظروف طيبة. والعامل الذي يحد من إمكانيات المتطرفين، هو أنهم، وإن كانوا كثيراً ما أفادوا الجنس البشري بأعمالهم، يندر أن يتصفوا باتزان الشخصية.

ولقد تحدثت عن آثار البيت الكريه. فإذا كنت أنت واحداً من المجدودين، وإذا كنت قد ولدت في ظروف حسنة من الناحية المادية أو الروحية، أو من الناحيتين معا، فإنك قد تكون معرضاً للوقوع في فخ جديد، يحسن أن تتجنبه رعاية لمصلحة نفسك، ومصلحة الآخرين أيضاً. حاول أن تحتمل، وأن تحسن فهم أولئك الذين لم

يتح لهم مثل ما أتيح لك من مميزات. ويجب أن تعتبر نفسك حسن الحظ، وإياك أن تشعر بالزهو أو تختال على غيرك، بسبب أنك قد أعطيت بداية طيبة.

وبعد كل اعتبار، فإن مجرد إعطائك هذه البداية الطيبة، يفرض عليك بعض المسئولية التي تحتم عليك أن تمد يد العون، كلما استطعت، إلى ذوي الإمكانيات المحدودة. وإذا أنت عاملتهم بالترفع عنهم والتعالي عليهم، خلقت بينك وبينهم حاجزاً يترك أسوأ الآثار في سير حياتك وحياتهم على السواء، ويسلبك الفرصة السانحة لتكسب المعرفة التامة بالإنسانية في جميع مظاهرها.

وبالإضافة إلى الظروف الشخصية الخاصة التي تساعد على تكوين الشخصية، فهناك أيضاً، بغير شك، تيارات الحوادث الهامة التي تستقيم أحياناً، وتستوي أحياناً أخرى، وتترك آثارها فينا جميعا. على نحو ما تفعل الأحداث السياسية، وأزمات النقص العام في المواد الغذائية، والحروب، وتفشي الأوبئة بسبب الإهمال وجهل الجماهير.

إليك.. مرة أخرى

هكذا قد تكون منذ طفولتك، قد تعرضت للحد من إمكانياتك بوسيلة ما أو بأخرى من الوسائل المختلفة التي تؤثر على مجرى حياتنا بوصفنا من المخلوقات البشرية. ومن حسن الحظ، أن مثل هذه الإمكانيات المحدودة ليس من الضروري عادة أن تترك فينا علامة لا يمكن أن تزال. لأن في استطاعة معظمنا أن يغير آثار الظروف السيئة، إذا حرصنا على ذلك حقا..

ومن واجبنا أن نفرض سيطرتنا على أنفسنا، لاسيما إذا كنا لا نزال صغاراً، حيث نتبين أن أجسامنا أو عقولنا أو قلوبنا (وأنا استخدم هذه الكلمة الأخيرة حتى أعبر عن "أرواحنا" أو "شخصياتنا" أو "أنفسنا").. قد تعرضت لأسوأ الآثار في الماضي.

وكما سأوضح بمزيد من الشمول فيما بعد، عما يتصل بالوراثة، التي هي من

بين الأشياء التي تساعد في تكويننا على ما نحن عليه الآن —يوجد بعض من الناس قد حددت الوراثة إمكانياتهم منذ اكتحلت عيونهم بنور الحياة، لأنهم ورثوا مرضاً جسمانيا أو عقلياً لا حيلة لهم فيه. وهؤلاء أمثلة استثنائية نادرة، لا نتوقع منها الكثير، وأن كان بعضهم قد بذل جهوداً خارقة يخجل معظمنا لذكرها. فهناك مكفوفو البصر، الذين يقومون بتدريب أنفسهم بوسائل مدهشة إلى أبعد حد. وبعضهم لا يكتفي بمجرد القراءة باستخدام طريقة "بريل" التي يستعان فيها برموز الكتابة البارزة، وحسب، بل يتم آخر مراحل التعليم العالي، ويمارس إحدى المهن. وهناك العجزة، الذين يستعينون بالصبر والشجاعة، على الاستعاضة عن أطرافهم الميتة بأخرى تؤدي وظائفها. ويحدث أحياناً أن تقرأ في الصحف عن أشخاص فقدوا أيديهم فتعلموا الكتابة بأقدامهم.

وأكبر الظن أنك سمعت عن "هيلين كيلر"، التي فقدت السمع والبصر في حادث ذهبت ضحيته وعمرها واحد وعشرون شهراً. وبفضل صديقة مثابرة، فضلا عن قوة إرادتها العظيمة، نجحت الآنسة "كيلر" في التغلب على عاهيتها الفظيعتين اللتين كانتا بمثابة نذير يؤكد أنها لن تستطيع أن تحيا حياة سعيدة نافعة. لكنها أصبحت سيدة ذات ثقافة عالية، ومؤلفة معروفة، عن جدارة واستحقاق.

من الصعوبة بمكان أن تمضي في طريق دراستك وأنت بكامل أعضائك ومواهبك، فما بالك بمثل هذا العجز الفظيع، على أننا بصفة عامة —على أي حال— إذا لم نصب بمثل تلك العاهات التي تحدد إمكانياتنا منذ البداية، تكون لنا الخيرة فيما نصنع بحياتنا، بمحض رغبتنا. وصحيح أن بعض الناس، بحكم طبيعة الأوضاع في هذا الكون، تتوافر لهم إمكانيات هائلة بفضل الثروة، بينما يكافح غيرهم لمجرد سد الرمق. فإذا كنت من الفريق الثاني فلن تكون الأمور سهلة بالنسبة إليك، ولكنك جدير بأن تظفر بشق طريقك في الحياة، بفضل الشجاعة والمثابرة.

ولا يسبقن إلى ذهنك أن هذا الذي أقوله الآن ضرب من الأحاديث الجوفاء

التي تقرأها عن "بائع الصحف الصغير الذي أصبح من أصحاب الملايين". فأنا لا أظن أن الرغبة في جمع الثروات الطائلة الخيالية أمنية من الأمنيات المعقولة أو المحببة إلى النفوس. فقد يستطيع رجل أن يجمع ثروة عظيمة من طريق الاجتهاد في العمل، أو إنكار الذات، أو حسن الحظ، حتى إذا كان قد ولد فقيراً، ومع هذا فإنه برغم ثرائه قد لا يستطيع أن يحيا حياة سعيدة، أو حياة كاملة حقا.

بل أني لأذهب إلى أبعد من هذا في الواقع، فأقول أن الرجل إذا تم له جمع المال الذي يكفي لتأمين حياته، ثم يستمر في العمل للحصول على مزيد من المال، لابد أن يكون فيه شيء من الاعتلال، كواحد من أبناء الجنس البشري. إنه في الحقيقة يعلن في الملأ أن القناعة الذاتية قد خدعته، إلى حد أنه لم يجد مفراً من أن ينشد المزيد بعد المزيد من الثروة، على سبيل التعويض.

والاستمرار في العمل الشاق، حيث لم تعد هناك ضرورة إليه، وبغير ما استمتاع بأوقات الفراغ على نحو ما ينبغي، هو كذلك دليل على الرغبة في أبعاد الشعور بعدم الرضا عن ذهن الإنسان.

ومن المحقق أن الهدف العملي، والمعقول، هو أن تكون بنفسك، لنفسك، أكثر من مجرد الذهن الحافل بانطباعات قراءة الكتب، أو الجسم الرياضي، أو المقدرة العملية على مسايرة ركب الحياة.

على أن كلا من هذه الاعتبارات على جانب من الأهمية: كلا في موضعه، وأن كان من رأيي أن أكثرها أهمية على الأطلاق شيء آخر، هو أن تكون آدمياً حقيقياً.

فلا السعادة، ولا الغراميات، ولا حتى المغامرة.. بالأهداف التي تستحق السعي وراءها. لأن شيئاً منها لا يحتوي قدراً من الصلابة يكفي أن نبني عليه حياة كاملة. بل هي أشياء تجيء في أوقاتها بغير أن نبحث عنها، إذا ما حرصت على أن تكون أنت نفسك بصفة تامة، بدلاً من أن تكون بطل قصة في كتاب، أو بطلة فيلم من أفلام الشاشة.

فإذا أنت تناولت جانباً واحداً من نفسك، وصنعت منه شخصية عظيمة خيالية، فلن تكون نفسك على وجه الإطلاق. فالشخصية "الإجمالية"، التي هي أنت "الحقيقي"، لا يعبر عنها إلا كونك أنت نفسك. وأعلى درجات ارتقائها إنما تعبر عن وجوده الأوضاع الاجتماعية، حيث تكبح جماح رغبتنا الأنانية مراعاة منا للآخرين.

كم مرة سمعتهم يقولون "كم هي لطيفة، وطبيعية، وغير متكلفة". وحتى إذا كانت مخلوقاً مسكيناً، فما دامت على فطرتها الحقيقية، فهي خير من المخلوق المصطنع، وأن بدا لك الأخير أبعد أثراً.

على أن السعادة، والغراميات، والمغامرات، والنجاح، سوف تطرق بابك على غير انتظار، لأنها كالحواشي المتفرعة على حياتك، كواحد من بني الجنس البشري، على حسب مواهبك الطبيعية، ومدى افادتك منها.

وأنت تستطيع إفساد مواهبك الطبيعية من طريق أخطاء الشخصية، مثال ذلك الإسراف في الثقة بالنفس، أو العكس. فضلا عن الكبرياء، والطمع أو ارتداء معطف لا ضرورة لارتدائه، سوى مراعاة العرف الشائع.

وهناك نوعان من العرف، على نحو ما سوف أوضحه فيما بعد: نوع قائم على الحقيقة، وهو الجدير بالاحترام، لأنك إذا لم تحترمه أصابك الأذى. ونوع آخر هو مجرد مسألة زي سخيف، ينبغي للشخص الحقيقي غير المفتعل أن يتجاهل وجوده. والعرف الذي يشجعك على أن تفتعل غير حقيقتك، عرف سخيف، لا أدري لماذا يأبه له الإنسان على الاطلاق.

ولتلافي الوقوع في مثل تلك الأخطاء التي وقعت فيها ينبغي أن تجتهد في استغلال مواهبك على خير وجه. وأن تلتمس بواعث الرضا من طريق فهمك لنفسك، وفهمك للآخرين.

الفصل الثاني

الحياة من حولك.. وفي ذاتك

عندما يولد الطفل، لا يشعر بشيء سوى وجوده. والأشياء الموجودة خارجاً عنه، تبدو كأنما هي في الحقيقة جزء من نفسه. لأنه لا يستطيع التمييز بين النفس، وما هو غير نفس!

وهو سرعان ما يدرك، إذا لم تصادف حاجاته البدنية تلبية، أن هناك أشياء في خارج نفسه قد تساعده أو تؤلمه، وهذه هي بداية منهاج طويل لملائمة الحياة التي نعيشها. وهو منهاج يدوم ما دامت الحياة. وقصارى فكرة النمو، معرفة التمييز بين ما هو أنت، وما هو ليس أنت، ثم الوصول إلى موازنة "سعيدة" بينهما.

على أن الفلاسفة يذهبون حتى إلى أبعد من هذا. فهم يزعمون أن نمو الروح لا يتم، حتى تستكمل دائرتها، وحتى يعرف الفرد كيف يتحقق من نفسه مرة أخرى، بكل مجموع الحياة من حوله، وفيما وراء حدوده.

وفي هذه المرة، على أي حال، ينبغي أن يعالج الموضوع بطريقة أخرى. فكل شيء بالنسبة إلى الطفل، جزء من النفس. أما بالنسبة إلى المخلوق الآدمي الذي شب عن الطوق، وتم نموه تماما، فإن النفس هي جزء من كل شيء.

وسنترك هذه المسائل الكبرى جانباً في الوقت الحاضر، وأن كانت لنا إليها عودة فيما بعد. وفي الوقت نفسه، ينبغي أن يكون من المفهوم بوضوح، أن منهاج النمو والنضج منهاج دائم مستمر، وإياك أن تخطئ فتظن أن أولئك الذين يكبرونك في السن قد توقف نموهم، فأصبحوا لا يتغيرون ولا يتعلمون، بعد كل ما أصابهم من التغير وكل ما أصابوه من العلم.

ومن واجبي على وجه التأكيد أن اعترف بأن هذا يحدث، ولكنه لا يحدث إلا في النادر القليل. وهو إذا ما حدث، كان شيئاً باعثاً على الأسف الشديد. فمعظم الناس لا يكفون عن اكتساب المعرفة، وعن الملائمة بينهم وبين ظروف المعيشة، طوال أيام حياتهم.

وهذا ينطبق على والدتك ووالدك، كما ينطبق عليك أنت، سواء بسواء. وربما كان عليك أن تلاءم بينك وبين ظروف حياتك الخاصة على نحو أسرع، لأنك في غصون فترة الانتقال من المدرسة إلى العمل وكسب الرزق، تصادف في طريق حياتك سلسلة متوالية الحلقات من الظروف المتغايرة سريعة التعاقب. ومن الناحية الأخرى، فإن والديك أيضاً يضطران دائماً إلى مجاراة الظروف الجديدة الطارئة. فهل خطر ببالك مرة أن تفكر في مدى دهشتهما، حين يتأملان نفسيهما كوالد ووالدة، بدلاً من عروسين حديثي العهد بالزفاف؟

ولا عجب في أن يستبد بهما الخوف أحياناً، بدافع من غرابة الوضع وثقل عبء المسئولية، حتى يقعا في بعض الأخطاء. فهما بدورهما، كان عليهما أن يتعلما الشيء الكثير، ووقعا في الأخطاء وهما يقطعان تلك المرحلة.

وحظك أوفر من حظهما في هذا، لأنك بفضل صغر سنك، أكثر منهما مرونة، وأكثر مقدرة على التشكل، من حيث العقل والجسد على السواء. كما أنهما يمتازان عليك بما أحرزاه من طول الخبرة والتمرس بالحياة، مما علمهما تقبل حقائق المعيشة على ما هي عليه، ورياضة النفس على الرضا بما هو كائن، إلى درجة تفوق حد المألوف، أعني من طريق تبين الضرورة.

وهذه الأشياء ينبغي أن تساعدكم على أن يفهم كل منكم الآخر، لأنني أعرف كيف يدب الخلف بين الآباء والأبناء بين حين وآخر. وكيف أن مثل ذلك الخلاف يمكن تخفيف حدته، لو أن كلا من الفريقين قد حاول فهم الآخر، بطريقة أفضل.

وثم شيء آخر من شأنه أن يساعدنا على فهم كل من نتصل به فضلا عن

الوالدين، هو فهم حقيقة من نحن، وماذا نحن؟ وللوصول إلى هذا، ينبغي أن نعرف شيئاً عن طريقة وجودنا، وعن جميع القوى التي اشتركت في تكوين كل منا.

أن الناس لا "يحدثون"، مجرد "حدوث"! ولا أعني بهذا مجرد القول بأن أجسامهم تتكون -كما في كل أشكال الحياة- كالنباتات الجديدة الصغيرة التي تنبت من بذور الآباء والأمهات، فهناك ما يزيد كثيراً على هذا، مما ينبغي أن يقال في الموضوع.

لماذا توجد بينك وبين والديك أوجه شبه معينة، ليس فقط من حيث الملامح والتكوين الجسماني، بل من حيث الأخلاق الشخصية أيضاً، أحياناً؟ ومع هذا، فلماذا أنت نسيج وحدك، من الناحية الأخرى، ولست مجرد مزيج بسيط، مركب من الأب والأم؟

وللإجابة على هذه الأسئلة، ولكي نأخذ صورة معقولة للدور الذي يجب أن يقوم به كل واحد منا في رواية الأحياء والأشياء، يجب أن نطوي القرون القهقري، لنعرف كيفية نمو الحياة ونضجها في غضون تاريخ العالم المعروف.

فإذا أردت أن تستزيد من دراسة مختلف المسائل، ففي وسعك أن تجد في المكتبات العامة كثيراً من الكتب النافعة في الموضوعين الذين يتيحان لنا معظم الأدلة والقرائن فيما يتصل بأصل الحياة. وهذان الموضوعان هما: الجيولوجيا، وهو العلم الذي يحدثنا عن تاريخ عالم المادة، من طريق معلومات مكتسبة من دراسة تربة الأرض، والصخور، والمعادن.. والبايولوجيا، وهو العلم الذي يبحث رجاله في أصل حياة جميع الكائنات الحية وخصائصها.

ولعل بعضكم يعلم كل ما استطيع أن أقول لكم هنا، بل أكثر منه. فإذا كنت واحداً من هؤلاء، فينبغي أن تلوذ بالصبر حتى أفرغ من هذه الصفحات القليلة التالية، فليس من العدل أن أغفل، بسببك، ذكر أشياء لا يعلمها شباب آخرون لم يدرسوا تلك الموضوعات بالذات.

تكوين عالمنا.. وكيف تم؟ :

استطاع العلم أن يلم بتاريخ العالم، من طريق دراسة الجيولوجيا، وهي علم طبقات الأرض، بالتعاون مع علم الفلك، الذي يعني بدراسة ما في هذا الكون من النجوم، والكواكب، والشموس، والأقمار. والمعتقد أنه في زمن موغل في القدم، منذ ملايين السنين، حدث في السموات اضطراب هائل، ربما كان شبه تصادم بين شمسنا وشمس أخرى أكبر منها حجماً.

وأنا أقول "شبه تصادم"، لأنه إذا حدث أن كرتين من الطاقة هائلتين الحجم إلى ذلك الحد، مرت إحداهما بالأخرى، ولو على بعد ضئيل نسبياً، لكانت النتيجة أن تتناثر منهما بعض القطع، تحت تأثير قوة كتلك القوة التي تجذب رأس الدبوس إلى المغناطيس، ولكنها أقوى منها بالتأكيد، كما أنها في الواقع تختلف عنها من حيث الطبيعة.

وعلى هذا النحو تم تكوين الكواكب، كجزئيات متناثرة ملتهبة، تجمع شملها تلك القوة الجاذبة، وتدور في أفلاك ثابتة حول الشمس. والعالم الذي نعيش فيه، هو واحد من تلك الكواكب. ولقد كان في بادئ الأمر شعلة من الغازات الملتهبة، فلما بردت بدأت المعادن المنصهرة تتجمد وترسب إلى مركز الأرض، ومن ثم تكونت على السطح قشرة يابسة.

ولعلك تعلم أن الأشياء تتمدد بالحرارة، وأن كانت العين المجردة لا تستطيع إدراك مثل ذلك التمدد. والعكس بالعكس، فإن الأشياء تنكمش بالبرودة. وهذه الحقيقة تبدو في الحياة اليومية في صور كثيرة. مثال ذلك أن قضبان السكك الحديدية لا تصنع قطعاً طويلة متماسكة، بل قطعاً قصيرة منفصلة، ولولا هذا لتعرضت للتمدد بفعل حرارة الشمس، وإذا هي تمددت تقوست وانحنت، مما قد ينذر بالكوارث من حوادث سكك الحديد. ولهذا توجد الفواصل بين القضبان على مسافات ثابتة معينة، لتحول دون تقوسها وانحنائها في حالة التمدد. وهكذا انكمش قلب الأرض حين

انخفضت درجة حرارته، فماذا كان عسى أن يحدث إذن، للقشرة اليابسة المحيطة به من كل جانب؟

أنه ليساعدنا على صدق الحدس أن نفكر في "بالون" بداخله كمية معينة من الهواء. فماذا عسى أن يحدث، لو أن الهواء الذي في داخل "البالون" قد انكمش؟ أو، افرض جدلاً، أننا سمحنا لبعض ذلك الهواء بالخروج من البالون، فالحكاية واحدة!

إن سطح الأرض، عندما انكمش تبعا لانكماش قلبها، طرأت عليه بعض التقلصات، كما يتقلص سطح "البالون" إذا نقصت كمية الهواء الموجودة في داخله. والنتوءات المرتفعة من تلك التقلصات صارت جبالاً وتلالاً، كما أن المنخفضات صارت ودياناً وسهولاً.

وفي غصون تلك السنوات الطائلة التي أعقبت ذلك، ظلت الأرض عرضة لاستمرار البرودة والتقلص، ولكن في بطء شديد، حتى أن ما كان يطرأ عليها في مدى سنوات مائة، لم يكن مما يستلفت النظر.

على أن هذا كان سبباً في حدوث الزلازل الكبرى والصغرى، بين الحين والحين، مما أدى إلى تغيير مواقع الجبال والوديان، حيث كانت الزلازل أحياناً تغرق قارات بأسرها في البحر، كما كانت تنتشل قارات أخرى ترفعها إلى السطح. ونحن نعلم مثلا أن الجزيرة البريطانية كانت قد طغى عليها الماء في فترات معينة من الزمن.

وتؤيد صحة هذا الزعم تلك المقادير التي خلفتها العصور الماضية وراءها من الطباشير، وهو البقايا المضغوطة المتحجرة لملايين من المخلوقات المائية الصغيرة.

وأساطير القارات التي اختفت مثل "أطلنطس"، وما جاء في الإنجيل عن الطوفان، قد يكون مصدره ذكريات غائمة غير واضحة، عن مثل تلك الأحداث التي وقعت في بواكير أيام الأرض.

وفي الوقت الحاضر تستعد البعثات للبحث في منطقة القطب الجنوبي، عن

قارات يسود الاعتقاد بأن المياه قد غمرتها، وأن موقعها كان في المحيط الهندي، ثم سبحت تحت سطح الماء متجهة صوب الجنوب، بعد أن انفصلت عن اليابسة التي كانت في الأصل جزءاً منها.

ومن المحزن أن نفكر في أن الحافز الكامن وراء تلك البعثات، هو البحث عن معادن ثمينة نادرة لازمة للبحوث الذرية. ومن حماقات الإنسان في هذا العصر الحديث، أنه إذا لم يتدارك الأمور قبل أن تسوء عواقبها، أفلت زمامها من يده، وانقلبت حسناتها سيئات، حتى أن علوم الذرة اليوم، أصبح يغلب على الظن أن تكون مصدر أذى للعالم، بدلاً من أن تكون مصدر خير عميم له، على نحو ما يمكن تحقيقه إذا ما أحسن استعمالها.

والدليل على أن باطن الأرض لا يزال ملتهباً، هو ثورة البراكين بين حين وآخر، ولعلك سمعت عن آيتنا، وسترومبولي، وفيزوف، أو قرأت عن "أيام بومباي الأخيرة"، وهي المدينة التي طمرتها حمم البركان الذي ثار من عهد عهيد. ولا تزال الزلازل تحدث حتى يومنا هذا، وأن كان حدوثها على نطاق ضخم مقصوراً على المناطق الاستوائية. وهي تحدث حتى في الأجواء المعتدلة كثيراً، ولكن على نطاق ضيق لا يكاد يشعر به أحد، وتسجل المراصد حدوثها على آلة دقيقة جداً من آلات الرصد يقال لها "سيسموجراف".

وتربة الأرض يابسة إلى عمق بعيد، بحيث أن من المستبعد حدوث أي اضطراب فيها الآن على نطاق ضخم، ومع هذا فإن التعديلات البطيئة تجري دائماً.. وحياة الأرض كلها سلسلة متعاقبة من التعديل والملائمة، سواء في الداخل أو في الخارج، مثلها في ذلك مثل حياتنا نحن. وحتى في هذه الناحية الأساسية يؤلف الاتحاد بيننا وبين حياة الأرض، التي لكل منا نصيب الخلية الصغيرة في وجودها وتاريخها.

الفصول.. والطقس

تستغرق أرضنا في دورتها حول الشمس، ثلاثمائة وخمسة وستين يوما وربع يوم.

والأرض تدور حول نفسها على محور يميل عن الوضع العمودي ميلا قدره ٢٣.٥ درجة. وهذا الميل هو السبب فيما يتعاقب علينا من فصول السنة، وهذه الفصل تجعل من السنة ٣٦٥ يوما، مع إضافة يوم واحد إلى كل سنة رابعة، لتدبير ربع اليوم الزائد.

وتستغرق الأرض في دورتها حول محورها أربعاً وعشرين ساعة. ويكون نصف سطح الأرض المواجه للشمس نهاراً، والنصف الآخر ليلاً. وهذا الانحراف في الوضع بالنسبة إلى الشمس، هو الذي يحافظ على استمرار النظام الذي يصنع الطقس. ولا يمكن أن يتيسر وجود الطقس على نحو ما نعرف عنه، إلا بفضل عامل واحد عظيم القيمة، هو الماء.

والماء هو مركب كيميائي مكون من عنصرين غازيين: هما الهيدروجين والأكسجين، بنسبة جزأين من الأول، إلى جزء واحد من الثاني. وفي الاضطراب الكوني الأصلي، الذي نجم عنه ميلاد عالمنا هذا، تقابلت كميات هائلة من الهيدروجين والأكسجين واتحدت، وتكونت من اتحادها مياه البحار والأنهار. وأنت تعلم كيف تجف إحدى البرك في الصيف. ويحدث أحياناً في الريف، أن تشاهد مجرى بعض الغدران وقد جف تماماً. وليس السبب الأوحد في هذا الجفاف أن المياه قد توقف هبوطها من التلال، ولكن حرارة أشعة الشمس قد جففت مياه البركة.

هل سألت نفسك مرة عما يحدث للماء في مجرى الغدير أو في البركة؟ لقد جف.. أنك تقول هذا، نعم، ولكن إلى أين ذهب ذلك الماء؟

لقد استغرقه الهواء الدافئ، بفعل حرارة الشمس، التي هي بمثابة جهاز التدفئة المركزية عظيم الحرارة، يشمل العالم أجمع. ولكن، إذا جفت المياه ولم تعد ثانية، فإن العالم كله يصبح أشد جفافاً من الصحراء. بحيث تتعذر حياة أي شيء، ويتعذر حتى تعاقب الفصول كما نعرفها، ولا يبقى سوى الحرارة الفظيعة، والبرد القارس الجاف. ولكن.. على نحو ما يتصاعد البخار من حمامك الساخن، ويتكثف على جدران

غرفة الحمام، أي يتحول إلى قطرات من الماء بمجرد ملامسته للحائط الأكثر برودة منه، كذلك الحال في المياه التي ترفعها حرارة الشمس إلى الهواء، فهي تتبخر أولاً فتتحول إلى سحاب، وحين يبرد هذا السحاب، يتساقط مطراً.. ويهطل معظم الأمطار على جوانب الجبال، حيث يقوم الجبل بنفس الدور الذي يقوم به جدار حجرة الحمام. وبلاد مثل إيرلندا، وهي أول جزء من اليابسة بعد مئات الأميال من مياه المحيط الأطلنطي، لا مفر من أن تتعرض للأمطار الكثيرة، لأن في سمائها تتقوض أول مجموعات من السحب الممطرة تسوقها الرياح إلى شواطئها عبر المحيط.

وهكذا بدأت منذ فجر الوجود، الدورة التي تكفل تغذية السحب لأنهارنا وبحارنا بماء المطر. كما تكفل تغذية الأنهار والبحار للسحب نفسها من جديد. ولو أنك فكرت في هذا، لبدا لك أنه لولا هذا النظام الكوني الدائم المتكرر لما أمكن وجود الحياة في الأرض، ولا أمكن احتفاظها بوجودها حينما وجدت.

الفصل الثالث

كيف بدأ وجود الحياة؟

نحن الآن إزاء واقعة لم يتمكن العقل البشري حتى اليوم من أن يفسرها تفسيراً مرضياً. ففي كل تلك الملايين من السنين، وفي بعض نواحي الفراغ المترامي الأطراف من البحار، ظهرت آثار كائن حي. ولعلك تتساءل: ولماذا لم تظهر تلك الآثار على اليابسة أيضاً؟

ونحن نعتقد أن الحياة لابد أن يكون وجودها قد بدأ في الماء، لأن الخلية الحية، والنبات، والحيوان، جميعا، لا يمكن أن تعيش بغير وجود سائل. فلابد أن تكون المياه قد لعبت دوراً جوهرياً للغاية في خلق الملابسات التي استطاعت الحياة فيها أن تبرز إلى حيز الوجود. كما أن الماء كذلك يتيح مزيداً من إمكانيات التحرك نحو الطعام، والابتعاد عن مواطن الخطر، للمخلوق البسيط.

وثم شيء آخر كشف البحث عن ضرورته اللازمة للحياة، هو الدفء. ويعتقد بعض الناس أن ارتفاع درجة الحرارة في تلك العصور المتقدمة، قد ساعد على تفاعلات كيميائية معقدة إلى حد كبير، أعانت الحياة على الخروج من المادة الميتة.

وإذا كان الأمر كذلك، بدا من العسير إلى درجة خارقة للعادة، أن يعاد خلق تلك "الملابسات". ولقد عكف العلماء منذ سنوات على محاولة صنع نفس الملابسات والحصول على نفس النتائج بطريقة صناعية.

ولقد صنعوا أشياء تدل على المهارة. ففي وسعهم أن يبتروا عضواً من مخلوق ميت ويحتفظوا به حيا في المعمل، بفضل ما يولونه من دوام العناية والاهتمام. كما أنهم يستطيعون إحداث تغييرات في أجسام النباتات والحيوانات، ولكنهم حتى الآن لم

يستطيعوا النجاح في خلق الحياة، حتى في أبسط صورها. وهم قد ينجحون في هذا يوماً ما، لا أدري. ولا مفر من أن نذكر اسم الله، على تلك القدرة أو المشيئة التي كانت السبب –بادئ ذي بدء– في إحداث الفرق بين الأشياء غير الحية، كالصخور، والغازات، وبين حياة الخلايا الصغيرة الحية الأولى التي ظهرت في المياه، والتي كانت هي نواة الحياة لجميع أنواع النبات والحيوان الموجودة في عالمنا اليوم.

أكثر صور الحياة تواضعاً

إن مثال الصورة الأصلية للحياة، وهي الخلية الحية المفردة، يمكن أن تجده في أقرب بركة ماء. ويمكنك أن تخبره إذا كان لديك مجهر قوي إلى الدرجة الكافية، وذلك هو "الأميبا".

ولعلى كنت مخطئاً في قولي "أكثر صور الحياة تواضعاً". فإن لها من الحقوق ما يستوجب تسميتها "أكثر صور الحياة كبرياء" لأن هذه البداية الباسلة هي الأصل في وجود سائر الكائنات الحية جميعا. ولنشرح قبل كل شيء، ما نعنيه بقولنا "خلية".

فالخلية هي أصغر وحدة من الكائن الحي، تستطيع الحياة وحدها– وإن كانت لا تعيش وحدها في كثير من الأحيان. وهي بالنسبة إلى النسيج الحي، تشبه –إلى حد كبير– الذرة بالنسبة إلى الكائن، لأنها أصغر جزئ يمكن أن يوجد بمفرده (ولا ينبغي أن يختلط عليك الأمر بسبب هذه المقارنة، التي أعني بها مجرد ضرب المثل لمساعدتك على ألفهم. فالخلايا مؤلفة من ذرات أيضاً، في آخر درجات تحليلها).

وبنفس الطريقة التي يمكن بها تجزئة الذرة، يمكن كذلك تجزئة الخلية. فإذا حدث هذا، ظهر أن الخلية تتكون من قلب يتوسطها، تحيط به جزيئات صغيرة، بعضها سائل وبعضها نصف يابس. وكل الكائنات الحية، بما فيها جسدك، مكون من خلايا. ومعظم المخلوقات، حتى أضألها حجمها، مكون من ملايين الخلايا. والمخلوقات المكونة من خلية واحدة فقط، لا يمكن رؤيتها إلا باستخدام مجهر عظيم القوة. و"الأميبا" التي تعيش في المياه غير النقية، إحدى هذه المخلوقات.

وهي تتحرك كما كنت أنت تتحرك، لو لم يكن لك ساقان وذراعان، إذ تندفع بجسمها مبتعدة عن مواطن الخطر، ومقتربة من الطعام. وهي تعيش لنفسها وحسب –كما فعلت أنت في أول عهد ولادتك– بغير اعتبار لأي شيء آخر مما حولها. وهي، ما دامت في مثل هذه "الحالة العقلية"، لا تستطيع الارتقاء إلى أي شيء أعلى من ذلك.

والخلية الصغيرة المفردة، هي بذاتها مصنع كيميائي صغير، ولكنه موفور النشاط، وهو يؤدي المطالب الصغيرة التي تحتاج إليها حياته، ومكمل لنفسه بنفسه. فهي تستوعب غذاءها من الماء الذي حولها، وتستعين بهذا الغذاء على البقاء في عداد الأحياء. ولها قوة الحركة، والهضم، والنمو.

وهي أيضاً تعيد خلق نفسها، وذلك بطريق التجزؤ إلى جزأين، على نحو ما يحدث عندما تسقط قطرة من المطر على زجاج النافذة، فتنقسم إلى قطرتين متساويتين تماماً من قطرات المطر. فعندما تتجزأ "الأميبا"، تصبح اثنتين متساويتين تماماً من الخلايا المفردة الحية. وهذا على أي حال ما يقوله لنا بعض العلماء. وقبل أن نمضي إلى أبعد من هذا، أحب أن أدلي بتعليق..

مع أننا نعلم الشيء الكثير عن الحياة ومصادرها الأصلية، فإن القدر الذي نعلمه يجعلنا، في المقام الأول، ندرك مدى قلة ما نعلمه في الواقع وحقيقة الأمر..كما أن المكتشفات الجديدة قد تقلب النظريات التي نؤمن بصحتها أوثق الإيمان في أي وقت.

وعلى هذا ينبغي ألا تحمل ما أقوله لك هنا محمل الحق المنزل من السماء، الذي لا يشوبه الباطل بحال من الأحوال، لاسيما وقد عمدت فيه إلى التبسيط بقدر المستطاع، بقصد الإيجاز وزيادة الوضوح. وليس في وسعي أكثر من أن أعطيك خلاصة لما نعرف في الوقت الحاضر، فأقول "هذه فيما نعتقد هي حقيقة ما قد حدث، على نحو ما تدل الشواهد". ومن الجائز جداً أن تكون أنت في مستقبل

الحياة، صاحب اكتشاف يقلب بعض النظريات القائمة رأساً على عقب، إذا كنت ممن يهتمون بمثل هذه الأشياء.

فلتستوعب كل ما تستطيع استيعابه من المعرفة المتاحة. وعلى طول مراحل عمرك، احتفظ لعقلك بما يكفي من المرونة، للتحول عن أفكارك السابقة إذا أنت اصطدمت بحقيقة جديدة لا تتفق والنظريات القديمة.

ولا أخفي عليك أنني، مع ما يقوله بعض العلماء، ميال إلى الاعتقاد بأنه حتى أكثر أفراد "الأميبا" تواضعاً، قد تختلف قليلاً عن جارتها، ولكن الفرق بينهما صغير جداً بحيث لا نستطيع أن نراه. ولكن وجهة النظر هذه شخصية بحث، ولا أستطيع أن أدلل على صوابها، ولا تؤثر ولا تنال من صدق النظريات التي بناها العلماء على دراسة وجود "الأميبا" ككائن حي.

الخطوة الأولى في الارتقاء

إن "الأميبا" في مواطنها المائية لا ترتقي إلى ما يتجاوز حدود صورة "الأميبا"، لأن الملابسات التي تمهد للتطور والارتقاء لم يعد لها وجود. أما في باكورة أيام العالم، فقد كانت الملابسات مختلفة عما هي عليه اليوم. وذلك أن الملابسات التي كانت موجودة في ذلك الحين، فضلا عن عوامل أخرى سوف نتناولها فيما بعد، قد شجعت على تطور وارتقاء "وحدات" من الحياة مكونة من أكثر من خلية واحدة.

والمعقول الآن أنه إذا اجتمع عدد من الخلايا معا بسبب الصالح المشترك بينهما، فإنه يتاح لها مزيد من الفرص لتحيا وتعيش بكفاية، على نحو لا يتاح للخلية الواحدة التي تعيش وحدها. وسوف ترى أن هذه النظرية صحيحة في كل نواحي الحياة: في الزواج، وفي الأسرة، وفي حياة الجماعة. ولقد أنفقت الطبيعة زمناً طويلاً في سبيل معرفة هذه الحقيقة، من طريق سلسلة مديدة من المحاولات والأخطاء. ولكن نظام الخلايا، الأكثر تعقيداً، لم يلبث أن برز إلى حيز الوجود بصورة تدريجية، على تعاقب فترات طويلة من الزمن. وينبغي أن تتذكر، أن كل خلية حتى الآن هي عبارة

عن حياة قائمة بنفسها، قادرة على التحرك والهضم والنمو وإعادة الخلق. وإذا التأم شمل مجموعة من مثل هذه الخلايا، فقد يتاح لها بعض الميزات. ولكن مجرد ضخامة تجمع الخلايا، يكون عرضة لأن يحرم أثر ما يتاح له من الإمكانيات، إلى أن يعي درس التعاون.

والكائن الحي (وهو في هذه الحالة الشيء الحي، المكون من عدد من الخلايا) يصبح محدود القدرة على التحرك نحو طعامه، والابتعاد عن مواطن الخطر. كما أن قدرته على الهضم وعلى إعادة الخلق تتجزأ إلى عدد من الأجزاء يساوي عدد الخلايا التي هو مكون منها. وهو في الحقيقة لا يكون متماسكاً على صورة شيء واحد، في سبيل أية غاية نافعة.

ولكن أول كائن في هذا النوع تتعلم خلاياه التعاون فيما بينها بقصد تبادل المساعدة والاشتراك في العمل، خليق بأن تتاح له ميزات عظمى على الكائنات الأخرى التي من نوعه.

وحتى هذه اللحظة، يقع على عبء عمل الحياة على عاتق كل خلية بمفردها، ولهذا يمكن أداؤه بطريقة بدائية وحسب. فإذا تجمع عدد من الخلايا ليعيش حياة "عائلية" مشتركة، فغن واجبات الحركة، والهضم، والنمو، وإعادة الخلق، يمكن أن تضطلع بها خلايا مختلفة.

وهذه "الأخصائيات" تستطيع في تلك الحالة أن تجعل كل اهتمامها وقفا على العمل الذي يتفرغ لأدائه. وعلى هذا النحو صارت الحياة العضوية أكثر تعقيداً، ولكنها كذلك صارت أكثر اقتداراً.

وسترى الآن أن هذا يقتضي الموافقة على ذلك المبدأ البالغ الأهمية: وهو مبدأ تبادل التعاون وتوزيع العمل، الذي لا غنى عنه لتهيئة الحياة المرضية، لاسيما في عالمنا الذي نعيش فيه الآن.

على أن الملابسات المادية الحقيقية اللازمة لارتقاء الحياة وتقدمها من طور

"الأمبيا" إلى ما هو أعلى، كان بدء وجودها في العالم البدائي الأول.

وربما كانت هنالك مشاعر داخلية بغريزة "الجماعة"؛ دفعت بالخلايا إلى التجمع التماسا للمزيد من الأمن في حياتها، بل أن من المحقق أن غريزة الجماعة، كما نعرفها اليوم، قد تكون ذكرى موروثة من النتائج الطيبة التي أسفر عنها مثل ذلك التجمع والتعاون.

وأخيراً، فإن ازدياد الكفاية يكفل لمجموعة الخلايا أن تبقى على قيد الحياة، في حين تتعرض الخلية المفردة للموت بسبب ما يحيط بوجودها من المخاطر. وكل هذه الأشياء، على تعاقب حقب طويلة من الزمن، خطت في خلالها خطوات كثيرة إلى الأمام ومثلها إلى الوراء –قد أسفرت عن ظهور صور من الحياة كل منها أعلى قليلاً من سابقتها. وجميع هذه الأشياء التي ظهرت على ذلك التعاقب منذ أقدم الأزمان، قد تركت آثارها في طريقة حياتنا اليوم.

وفي هذا العالم الحافل بملايين من الجماعات، لا يستطيع أحد منا أن يعيش بمعزل تام عن الغير. ففي هذه الحياة المعقدة التي نعيشها اليوم، إذا نحن أردنا أن نقطع شوطاً بعيداً، عجزنا عن توفير كل ما نحتاج إليه من الحركة، كما نعجز عن تدبير كل طعامنا إذا نحن أردنا أكثر مما في الحديقة من الخضر، وكما نعجز عن حماية أنفسنا من تقلبات الجو، ومن الأشخاص الخارجين عن المجتمع، فضلا عن أن أي واحد منا لا يستطيع بمفرده أن ينجب مولوداً.

وحياتنا تعتمد على حياة الآخرين. فنحن نعيش على أعمالهم، كما يعيشون هم أيضاً على أعمالنا. وهذا هو السر في مدى أهمية تلاءم الفرد الجديد الصغير مع حياة المجتمع.

وهذا يقتضي بعض التضحية بالرغبة الشخصية، ولكنه يحمل في طياته كل الامتيازات التي يسفر عنها الجهد المشترك.

وينبغي أن تلاحظ أيضاً أن الطبيعة لا تفرق أية تفرقة، بين الخلايا التي تؤدي

الأعمال الوضيعة، والخلايا التي تؤدي الأعمال التي يقال عنها رفيعة. فليست خلية المخ أفضل، في القياس، من خلية الكلية، التي هي جزء من جهاز "النفايات" في الجسم.

فالكل ذو أهمية جوهرية، ولا غنى عنه لضمان انتظام سير العمل في المجموعة التي هو جزء منها. والمقياس الوحيد الذي يحكم به عليه، هو مدى مقدرته على أداء عمله.

وهكذا نحن متساوون في الأهمية لضمان توفير حالة طيبة للمجتمع عامة، ولا ينبغي أن يحكم علينا إلا بدرجة مقدرتنا على أداء العمل الذي نؤديه.

من البحر.. إلى اليابسة

في البحر، توالي ظهور مزيد من صور الحياة المعقدة ، ولا تنس أننا لا نزال بصدد الحياة في صورها البدائية منذ ملايين السنين. ولقد دأب التطور والارتقاء في صور الكائنات الحية –من الحيوانات المرجانية، والإسفنج، والطحالب البحرية (التي تمثل مرحلة وسطاً بين النبات والحيوان)، والسمك الهلامي– حتى وصل إلى السمكة ذات الهيكل العظمي الذي هو أساس تكوين جسمها.

وكانت هذه خطوة عظيمة إلى الأمام. لأن مثل هذه السمكة يكون أكثر قدرة على سرعة التحرك من منافسيه، فضلا عن استطاعته المزيد من حماية نفسه، ولكن ينبغي لك أن تتذكر أنه حتى تلك السمكة نفسها، ليست أكثر من مجرد جهاز شديد التعقيد، مكون من مجموعة من الخلايا المنفصلة لكل منها حياته الخاصة، وواجبه الخاص الذي يؤديه.

وعلى أي حال، كانت هناك حدود معينة لنوع الارتقاء الذي يمكن أن يستمر حينما كانت الحياة موجودة في البحر فقط. أما على اليابسة، فكانت هناك مصادر جديدة للغذاء، وظروف وملابسات جديدة، للمخلوقات التي تمكنت من الحصول على هذا الغذاء، وروضت نفسها على التلاؤم مع تلك الظروف.

وتلك المخلوقات التي تستطيع التحرك بسرعة، والدفاع عن نفسها بقوة فائقة، والعثور على طعامها بكفاية زائدة –كانت خليقة بأن تكون خير الكائنات الحية في الصراع من أجل الحياة. وعلى هذا بدأ بعض المخلوقات يروض نفسه على العيش في البحر وعلى اليابسة.

وإذا كان الكثير من هذه المخلوقات قد انقرض، فإننا نعرف أنها كانت موجودة على قيد الحياة منذ أقدم العصور، بفضل العثور على هياكلها المتحجرة، كما أن قليلاً من أنواعها لم ينقرض بعد. والنوع الذي لابد أنك تعرفه أكثر من غيره، هو الضفدعة.

ولعلكم جميعا قد لاحظتم ودرستم ما يطرأ على حياة الضفدع من التطور. فمن البويضات يجيء "أبو دنيبة"، وهو يمر بمراحل تدريجية تجعله يتغير من مجرد كائن من الأحياء المائية، وتنمو في جسمه أعضاء جديدة، حتى ينتهي به الأمر إلى أن يصبح ضفادع تخرج من الماء وتدب على اليابسة.

ومن الأهمية بمكان هذا المثل البسيط من أمثلة النشوء والارتقاء. فعلى نحو ما سنذكر فيما بعد، أن ما فعلته الضفادع في خلال زمن وجودها، منذ كانت مجرد حيوانات ضئيلة تسمى "أبو دنيبة"، فعلت أنت مثلها تماماً وأنت لا تزال في رحم أمك. والرحم هو العضو في داخل جسم الأم، الذي تنمو فيه البذرة البشرية إلى أن تتم للطفل كفايته من التكوين الجسماني والقوة، بحيث يستطيع أن يولد ليواجه الحياة. والبذرة البشرية النامية في أثناء وجودها في الرحم، تمر بمختلف المراحل التي بفضلها تطور الجنس البشري، وارتقى من صور الحياة الأدنى. فالطفل قبل أن يولد يكون له في وقت معين، ما يشبه الخياشيم التي كانت هي جهاز التنفس في مرحلة "السمكة"، وهي لا تلبث أن تختفي وتحل محلها الرئتان، في حين يطرد نمو الطفل إلى أن يولد.

ومعظم هذه التغيرات التي تصور تطور الجنس البشري وارتقاءه، يحدث قبل ولادتك فعلا. في حين أن الضفدعة تولد بنصف تكوينها الجسماني فقط، مما يحتم

نموها بنفسها من مرحلة "أبو دنيبة"، التي استغرق الوصول إليها ألوفا كثيرة من السنين، وأجيالاً متعاقبة كثيرة.

وهنالك مراحل معينة أخرى من النمو يتعين أن يمر بها المخلوق الآدمي بعد ولادته، من حيث الناحية العقلية، والحسية، والجسدية، فيما يتصل بالجهاز التناسلي. وقد يكون بعض هذه التغيرات لا يزال يحدث فيك الآن، وأنا إنما أكتب هذا الكتاب لأساعدك على مواجهتها.

مزيد من مراحل التقدم

لما بدأت الكائنات الحية تلائم ما بينها وبين الحياة على اليابسة، فإن الخياشيم التي تستخلص الأكسجين من ماء البحر، والتي هي بمثابة جهاز التنفس عند الأحياء المائية، قد تطورت تدريجياً، وبمرور الزمن أصبحت رئات. ولقد كان هذا التطور ضرورياً للغاية، لأن الرئات أقدر كثيراً على الاستفادة من الأكسجين الذي تحرقه أجسامنا كالوقود ليمنحنا النشاط، على نحو ما تحرق الآلة وقودها من الفحم. وكذلك أصبحت الأطراف ضرورية لتيسير الحركة. فبينما كانت الأحياء البرية الأولى تحبو أو تترنح أو تقفز، فإن "الحاجة" إلى أطراف خاصة لم تلبث، آخر الأمر، أن دفعت بها إلى حيز الوجود. وهذا الواجب بالذات أصبح وظيفة خلايا مختصة به، اكتسبت المقدرة على أداء عملها. (فإذا أردت مزيداً من التفصيلات عن هذا الموضوع فأرجو أن ترجع إلى الفصل التالي، تحت عنوان "كيف تلعب الوراثة دورها؟...). وإذا لم تر بوضوح كيف يكون الأمر كذلك، فربما أمكننا أن نستعين على زيادة الإيضاح بمثال بسيط.

ربما رغبت في أن تصبح ملاكماً ممتازاً. وليس هناك ما يقف في طريقك إلى تحقيق تلك الرغبة، سوى أن عضلات ذراعيك ضعيفة، وحينئذ لا تستطيع أي إرادة في العالم –في الوقت الحاضر– أن تجعلك تصمد أمام فتى آخر له مثل وزنك وطول قامتك.

فماذا عسى أن تفعل؟.. إذا كنت شديد الرغبة حقا، في أن تصبح ملاكماً ممتازاً. إنك تنصرف إلى التدريب، وتجهد بصفة خاصة في تدريب عضلاتك التي تثبط من عزمك، فتدخل حلقة المران كل يوم، وتظل تسدد اللكمات إلى كرة التدريب، حتى تقوى عضلاتك وتتضخم، وتبرز من ذراعيك وكأنها الفولاذ!

من أين جاء هذا العضل الذي يحتوي الآن على قوة تجعلك مصدر خطر كل من تسول له نفسه أن يتحداك؟ هل أردته أنت أن يوجد؟ أجل.. من ناحية ما. لأن رغبتك الأصلية هي التي كانت السبب في مثابرتك على المحاولة. أذن، فماذا تستطيع أن تفعل فوق ذلك، إذا اعتمدت الحياة نفسها على تجاوبك مع حاجات جديدة معينة؟.. هذا هو ما تعين على صور الحياة الأصلية أن تفعله.. ولكن، من أين جاء هذا العضل العظيم، على وجه التحقيق؟

لا يكفي أن تقول أنه كان لك عضل دائماً. فمن الواضح أن العضل الموجود الآن، يزيد كثيراً عما كان لك من قبل. والسبب هو أنك بمثابرتك على استخدامه مرة بعد مرة، قد حفزت إلى العمل تلك القوى الطبيعية للنمو والنضوج، التي هي أساس الحياة كلها.

وهذا مثال لما يستطيع شخص واحد أن يفعله، في فترة وجيزة من الزمن. ولنفرض الآن أن حافزها على بذل الجهد له يكن مجرد الرغبة على نحو ما كان في حالتك، بل كان هذا الحافز هو الحاجة: الحاجة إلى الطعام، أو الحماية، أو الحركة.

ومع أن حافزها إلى النمو والتطور يختلف عن حافزك، فإن الوسيلة ستكون واحدة، وهي تكرار المحاولة. ولما كان هدفها أكبر جداً من هدفك، بسبب كونه تطوراً لصور من الحياة أكبر وأكثر تعقيداً وكفاية، فإن محاولتها كانت بمقتضى الضرورة، أعظم إلى حد كبير، حيث شملت آلاف السنين، وكررتها ألوف كثيرة من المخلوقات: كل على انفراد، حتى انتهى الأمر بأن الوضع الذي وصلت إليه أصبح بمثابة طبيعة ثانية انحدرت من السلف إلى الخلف.

الحياة على اليابسة

ليست الزواحف، والحشرات، والطير، والحيوانات الثدية وغيرها من مختلفة أنواع الكائنات الحية، سوى أفرع مختلفة من شجرة الحياة ذات الأصل الواحد. وكل فرد من كل نوع من هذه الأنواع، بمثابة الزهرة، ونسله هو الثمرة لكل فرع. ويبلغ من تعدد وتباين هذه الأنماط المختلفة أنه يبدو من الصعوبة بمكان، أن نصدق أن كلا منها تربطه بالآخر أواصر القربى إلى هذا الحد، ولكن دراسة هياكل المخلوقات التي تعيش في يومنا هذا، وبقايا هياكل تلك التي انقرضت واكتشفت هياكلها في مختلف نواحي العالم- هذه الدراسة تؤكد لنا أن هذا حق لا ريب فيه.

ولقد استغرقت فترة النشوء والارتقاء زمناً مديداً إلى حد أن تاريخ البشرية المعروف، كحقبة منفصلة، يعتبر زمناً قصيراً للغاية. وهذا ينبغي أن يفسح أمامنا الأمل في المستقبل. فإذا كان وراءنا كل ذلك الزمن المديد بكل ما احتواه من مراحل النشوء والارتقاء، فلماذا لا يكون أمامنا مثل ما خلفناه وراءنا، على الأقل؟

فإذا استطعنا أن نتبين أننا بمثابة حلقات حيوية الأهمية في سلسلة الحياة الدائمة التطور، كان للوجود معنى جوهري عظيم حافل بمصادر الإلهام.

أن الأسرة التي تعيش، أو بلغة أخرى، الفرع من أسرة الحياة في مجموعها، الذي ينتمي إليه الجنس البشري، هو الحيوانات الثدية. وهي تسمى هذا الاسم بسبب نمو غدد الأمومة (في الصدر) لإرضاع صغارها. وبعض المخلوقات التي تظن أنها تختلف عنا كثيراً، تنتمي إلى طبقات متخلفة من هذه الأسرة مثل الأسد، والخنزير، والبقرة، والقرد، والحياة كلها تنتمي إلينا، كما أننا ننتمي إلى الحياة كلها: من الناحية الجسمانية، ومن الناحية الروحية، على السواء.

ومن المؤكد أن أقرب أقربائنا هي أسرة النسانيس. على أنه ينبغي أن نذكر أن هذه القرابة بعيدة جداً على أي حال، لأننا قد فرقت بيننا وبينها التطورات الهائلة في مدى ملايين من السنين.

ونحن مدينون لها بذلك الطرف النافع، الذي هو اليد، بإبهامها المطواع، الذي نشأ في غضون أجيال من الحياة في الغابات الاستوائية. ولما كنا قد سبقناهم في الارتقاء فإننا قد اكتسبنا القدرة على المشي منتصبي القامات. ومن الناحية الأخرى، فإن أذرعنا قد كفت عن زيادة التطور بالنسبة إلى بقية أجزاء أجسامنا، وأصبح لها فيما يبدو لأعيننا أنه وضع أفضل، ولم تعد بنا حاجة إلى تحريك الأذرع جيئة وذهاباً، فلماذا؟

وأعظم درس يمكن أن يلقننا إياه تاريخ الحياة، هو أن المواهب التي لا نستخدمها لا تلبث أن تمحى بالتدريج، في حين أن المواهب التي نستخدمها لا تلبث أن تنال من النمو أبعد الغايات.

الفصل الرابع

ما هي الوراثة ؟

من الواضح أن أي كائن حي لا يستطيع أن يحرز سوى تقدم ضئيل للغاية في أي اتجاه يتجه إليه، في الفترة القصيرة التي يقضيها على قيد الحياة.

إذن، فكيف تمكنت قوى الحياة من إحراز كل هذا التقدم الهائل في العمل على إنتاج أنواع أرقى من المخلوقات باستمرار؟

الجواب على هذا: من طريق الوراثة.

لقد لاحظنا من قبل، أن أبسط الوسائل الفطرية التي تعمد إليها الحياة في تجديد نفسها، هي "الانقسام". ولكن لهذا عيباً، لأنه ينتج مخلوقين متماثلين تماماً، أو أقرب إلى تمام التماثل بقدر ما نستطيع أن نزعم. ولهذا يستحيل إيجاد وسيلة لتقدم النوع.

والعمل المفروض على الخلية المفردة بهذه الطريقة لابد كذلك أنه كان عملاً ضخماً. ولهذا فإنه عندما بدأ عمل الحياة يوزع على الخلايا المتعاونة، بدا بعض عين منها يختص بتجديد الإنتاج وحده. ولقد قامت الطبيعة بتجارب كثيرة ومختلفة، قبل الوصول إلى نظام ثابت –إلى حد كبير– لتجديد إنتاج الكائنات الحية، أصبح بمثابة قاعدة ثابتة.

وعلى أي حال، فإن النظرية التي اتبعت فيما بعد، قبل أن يصبح التوالد، ممكناً، هي أنه كان من الضروري أن تتلاقى الخليتان المنتجتان اللتان تتكون كلتاهما من كائنين، وأن تختلط كل منهما بالأخرى، قبل حدوث عملية الانقسام، ومن السهل أن ندرك السبب في ذلك.

الوسيلة الجنسية للتناسل

إذا تعاون كائنان يختلف كل منهما عن الآخر في تكوينه، بعض التعاون في تكوين "نسل"، فإن هذا النسل بدوره سيكون مختلفاً عن والديه معا، وأن كان يشبههما من وجوه كثيرة.

وإذا تصورت أن نظام "التزاوج" هذا قد ساد الحياة على تعاقب أجيال وأجيال، فإنه يبدو لك أن نسل كل تزاوج سيكون مختلفاً مرة بعد أخرى. وفي الحقيقة، نجد في أيامنا هذه أنه بفضل انطلاق الحرية في اختيار كل واحد منا لشريكه، هناك احتمالات لا حصر لها لما سوف يكون عليه طفلك، في ضوء اختيارك لشريكك. ولكن، قبل أن تبلغ الأشياء هذا المدى، جربت الطبيعة طرقا مختلفة لتجديد الإنتاج.

كانت هنالك مخلوقات اجتمع في كل منها الجنسان: الذكر والأنثى، بحيث يستطيع الإخصاب بنفسه. كما كانت هنالك مخلوقات يتغير جنسها في مراحل مختلفة من حياتها، ولا تزال أصداف البحر مثالاً لهذه المخلوقات.

والفائدة العظيمة للطريقة "الجنسية" في تجديد الإنتاج –أي الطريقة التي تتطلب وجود ذكر وأنثى– تكمن في زيادة التنوع فيما تسفر عنه من نتاج، وفي الفرص المتاحة لهذا النتاج كي يرث أحسن ما في الوالدين من المقومات الشخصية.

ولو كان البشر يتناسلون على طريقة "الأميبا"، لجئت أنت صورة من أمك مطابقة للأصل على وجه التقريب، من كافة الوجوه، وكان الناس جميعا متشابهين. وكم يكون هذا وضعاً ثقيلاً! معناه تضاءل شديد في ارتقاء الجنس البشري.

وأنت تعلم الآن حق العلم، بفضل تجاربك الخاصة، أنه مهما بلغ التشابه بينك وبين والدتك ووالدك في المقومات الشخصية، فإنك فرد مستقل لك حياتك وشخصيتك الخاصتان.

وتستطيع أن تحمد على هذا طريقة الجنس في إعادة الإنتاج، فهي التي جمعت شمل أجزاء متفرقة من المقومات الشخصية لوالدين مختلفي التكوين، ووضعتها فيك مجتمعة.

والأذكياء من الأمهات والآباء يعلمون هذا، ويعاملون أطفالهم في ضوئه. كما أن الأذكياء من الأطفال لا يخفي عليهم أن الوالدين أكثر تمرسا بتجارب الحياة، وأنهم يستطيعون الإفادة من هذه التجارب كمرشد يهتدون به في أوقات الشدة. على أن الآباء الذين لا يستطيعون أن يتبينوا أن أطفالهم ليسوا صوراً مكرراً من أنفسهم، كثيراً ما يصطدمون بمتاعب كثيرة كانوا يستطيعون اتقاءها لو كان تفكيرهم أوسع أفقا.

وهكذا ترى كيف تطور ما نسميه "الجنس" على تعاقب الأجيال، تطوراً طبيعياً مفيداً. ومع هذا يدور حوله من اللغو قدر أكثر مما يدور حول أي جانب آخر من حياتنا.

ليس الذكر والأنثى صورتين من صور الحياة: إحداهما تمتاز على الأخرى، بل هما صورتان مختلفتان "متكاملتان" من صور الحياة. فكل منهما تكمل الأخرى، وتحتاج إليها الأخرى لتكمل بها نفسها. وهما –الذكر والأنثى– مخلوقان خصيصاً على هذا النحو، حتى أنه في سبيل تجديد الإنتاج، يجب أن تتلقى الخلايا الخاصة في الأنثى لقاحها من الخلايا الخاصة في الذكر.

وفي هذا الصدد، يدهشنا كيف أن الأطفال الذين ينشئون في المدن، لا يدركون معنى كلمة "ملقحة". إن بيضة الدجاجة العادية، مثلا، لا يمكن أبداً أن يخرج منها فرخ (كتكوت) إلا إذا كانت بذرة البيضة في جوف الدجاجة، قد اتصلت قبل أن تبيضها بالبذرة الخاصة بذكر الدجاج، أي الديك. ولعل أطفال الريف يرون من المضحك أن يكون هناك أحد لا يعرف هذا، لأنهم يعرفونه من واقع التجارب الطبيعية في حياة الريف. وهذا النوع بذاته من مصادر المعرفة، يكاد معظم أطفال المدن يكونون بمعزل عنه.

كيف تلعب الوراثة دورها؟

هناك خلاف في الآراء بين المشتغلين بالبحث في علم الحياة، حول الطريقة الحقيقية التي انحدرت بها تغيرات التطور والارتقاء عبر الأجيال. ويعتقد معظم علماء "الحياة" أن العادات التي يتعودها الأفراد لا يمكن أن تنتقل بطريق الوراثة، وهم يقولون أنه، قبل أن يمكن حدوث شيء كهذا، لابد أن يكون شيء من التغير قد طرأ على تكوين البذرة نفسها، التي تنمو وتنضج إلى أن يجيء منها النسل. وتقول جماعة أخرى من العلماء أنه إذا حدث أن عدداً كافياً من الأجيال قد ابتع أفراده عادة معينة، فإن التغير الضروري سيطرأ على "البذرة" حتى يتيح لهذه العادة أن تصبح طبيعة في النسل الناتج منها.

ويتزعم هاتين الجماعتين من العلماء "داروين"، و"لامارك" وأنا شخصياً أكثر ميلاً إلى الموافقة على رأي الثاني. ولكي أقرب كل هذا إلى فهمك، لا أجد خيراً من الاستعانة بمثل قديم إلى درجة أني لا أعرف من الذي بدأ التفكير فيه، ولهذا لا أستطيع الإشارة إلى المبتكر الأصلي باسمه.

فأتباع "داروين" يذهب رأيهم إلى أن "الزرافة" لها عنق طويل، لأن "الزرافات" ذات الأعناق القصيرة ماتت بسبب عجزها عن الوصول إلى الطعام، بينما بقى نسل الزرافات الطويلة الأعناق على قيد الحياة. ولما كان طول العنق هو طبيعتها، كما كانت هذه الطبيعة من محتويات "بذرتها"، فقد أورثت أطفالها الأعناق الطوال.

أما أتباع "لامارك" فإنهم يذهبون إلى القول بأنه لما كان طول الأعناق ضرورة حيوية بالنسبة إلى "الزرافات" حتى تتمكن من الوصول إلى طعامها، فإن أجيالاً متعاقبة من "الزرافات" قد رغبت في أن تكون طويلة الأعناق، كما قد ترغب أنت في أن تكون قوي العضلات. وعندئذ تغيرت "بذرة" الزرافات تغيراً طفيفاً على مر الأجيال، حتى أنها في المستقبل تولد بالأعناق الطويلة التي اكتسبها الخلف بفضل الحاجة وطول المران.

وليس هناك احتمال وجود دليل يثبت صواب رأي أحد من هؤلاء. وهذا لغز غامض آخر من الألغاز التي قد تكون أنت صاحب الفضل في حلها في المستقبل، إذا أوليت هذا الموضوع ما يكفي من الاهتمام. وقد يكون كلا الطرفين قد أدرك من الصواب مثل ما أدركه الطرف الآخر، كما أن تلك التطورات قد حدثت بفضل اجتماع الأسباب التي يبديها الفريقان جميعا.

انتقال المشخصات الوراثية

ولنعد الآن إلى السؤال الأساسي: كيف تنتقل المقومات الشخصية من الأم والأب، إلى أطفالهما؟

وكما رأينا فإن الخلية تتكون من نواة وجزيئات مختلفة معلقة في سائل. ويختلف ما تقوم بعمله النواة، كما تختلف المواد الكيميائية التي تحتويها الجزيئات والسائل، وفقا لعمل الخلية في نطاق الكائن الحي الذي هي جزء منه.

مثال ذلك أن خلايا الكبد تختلف عن خلايا النسيج العقلي، بسبب اختلاف العمل الذي تقوم كل منهما بأدائه، وتختلف خلايا أعضاء التناسل عن هذه وتلك، كل الاختلاف. وفوق هذا فأن خلايا أعضاء التناسل نفسها يختلف بعضها عن البعض الآخر، وفقا "لجنس" الكائن الحي الذي هي جزء منه، أن كان ذكراً أم أنثى.

وعلى نحو ما سوف نشرحه بمزيد من التفصيل فيما بعد، فإن أعضاء التناسل للذكر والأنثى على السواء، تنتج خلايا خاصة، سوف نطلق عليها هنا بقصد توخي الوضوح، اسم "البذور".

أما البذور التي تنتجها الأنثى، فيقال لها "أوفا" وهي كلمة لاتينية مفردها "أوفام"، ومعناها أنثى خلايا التناسل. بينما يطلق على البذور التي ينتجها الرجل اسم "سيبرم" ومعناه الخلايا المنوية عند الذكر. وليس في هذه البذور ما يستطيع بمفرده أن ينتج شيئاً على الاطلاق. فلابد من تلقيح إناث الخلايا بالذكور قبل أن تتمكن البذور الناتجة من اتحاد النوعين من إنتاج حياة جديدة.

والآن.. أن كل خلية في جسمك تحتوي في نواتها، على ثمانية وأربعين من الجزئيات الملونة يقال لها "كروموسومات" وطبيعة هذه الجزيئات مسئولة إلى حد كبير جداً، عن تعيين "جنس" الطفل، أن كان ذكراً أو أنثى. وهي تحتوي على جرثومة الميول الوراثية، سواء من الناحية المادية أو الناحية المعنوية، وأنا أقول عنها "ميول".. لأنك لست مقيداً تماماً بما تنقله إليك الوراثة من المقومات الشخصية. فإن الأشياء التي تحدث لك أثناء مراحل نموك، وأنت لا تزال جنيناً في الرحم، وما يحدث في حياتك بعد أن تولد، قد تغير بطريقة ما أو بأخرى، الأثر الأصلي لطبيعة تلك الجزيئات "الكروموسومات".

وأنت نفسك، بمحض رغبتك وكامل وعيك، قد تتغير أيضاً إلى ما هو أحسن أو أسوأ الاحتمالات الأصلية للجزيئات "الكروموسومات" التي أعطيت لك في أثناء حمل أمك فيك.

وفي حالة الحمل، على أي حال، فإن مثل تلك الاحتمالات الخاصة بكونك طويل القامة أو قصيرها، أسمر البشرة أو أشقر، ذكياً أو غبياً، هادئ الطبع أو سريع الانفعال.. كل هذه تحتويها طبيعة الجزيئات "الكروموسومات" التي تأتيك من والدك ووالدتك معا.. وبينما تحتوي كل خلية من خلايا الجسم على ثمانية وأربعين من هذه الجزيئات الملونة "الكروموسومات" نجد أن خلايا البذرة لكل من الذكر والأنثى تحتوي على أربعة وعشرين منها، فقط.

وعندما تقوم خلايا الذكر بتلقيح خلايا الأنثى، بطريق الالتحام معها، فإنه ينتج عن هذا خليط مكون من ثمانية وأربعين من الجزيئات. وهذه الجزيئات الثمانية والأربعون تختلف عن نظائرها المساوية لها في العدد، الموجودة في جسم الأم أو جسم الأب على السواء. ومع هذا فهي تشبهها كثيراً، لأنها مكونة من أربعة وعشرين جزيئاً من كل منهما.

وحين تندمج خليتا التذكير والتأنيث وتصبحان واحدة، فإن هذه تبدأ في

الانقسام، على نحو ما تفعل "الأميبا" ثم أن الجزيئات الثمانية والأربعين "الكروموسومات" الناتجة من اندماج خليتي التذكير والتأنيث، لا تلبث أن تنقسم بدورها إلى مجموعة جديدة قوامها ثمانية وأربعون، ثم مجموعة أخرى، ثم مجموعة أخرى، وهكذا حتى تبلغ الملايين.

وبعض الخلايا التي تم تكوينها على هذا النحو، يؤدي واجبا معيناً في الجسم الجديد الذي ينمو بداخل رحم الأم، وبعضها الآخر يؤدي واجباً آخر، وهكذا يستطرد نمو كائن حي جديد تماماً، إلى أن يستكمل نموه ويولد. وهناك احتمالات لا حصر لها فيما عسى أن يكون عليه ذلك الكائن بسبب تلك السلسلة الطويلة جداً من الوراثة الكامنة وراءه.

أن الجزيئات "الكروموسومات" الأربعة والعشرين التي جاءت من الأم، يختلف كل منها عن الآخر، بغير استثناء. مثلها في ذلك مثل أربعة وعشرين صندوقاً تحتوي مجموعات من "جوائز" مختلفة، في شكل ما قد تكون عليه الأجزاء المختلفة من جسمك وعقلك. وكل واحد من هذه الصناديق له شريك مناسب بين "كروموسومات" الوالد.

وكل من هذه الجزيئات الملونة يشبه خيط المسبحة. وهو مكون من أقسام صغيرة متعددة، تسمى عناصر التوريث "الجينات". والمعتقد أن لكل منها القدرة على منح الطفل صفة معينة، مثل لون العينين أن أزرق أو أسود، وطول القامة، أو قصرها.

وإذا كان جميع الأسلاف الأقربين لشخص ما قصار القامات، فإن "عنصر التوريث الخاص بالحجم" في بويضاته الأولى، يتجه إلى قصر القامة. أما إذا كان أسلافه يتساوى عدد الطوال منهم والقصار، فإن "عنصر التوريث" يتجه إلى طول القامة. لأنه كلما حدثت منافسة بين الطول والقصر رجحت كفة الأول على الدوام، بوجه عام.

وعندما يكون الجنين في طور التكوين، فإن كلا من أبيه وأمه يمنحه أثراً مما تلقى

عن أسلافه الأقربين من "عناصر التوريث" الخاصة "بالحجم". ويسفر هذا عن النتيجة التالية:

١- إذا كان الوالد والوالدة طويلي القامة، يجيء الأطفال طوال القامة.

٢- إذا كان الوالد والوالدة قصيري القامة، يجيء الأطفال قصار القامات.

٣- إذا كان الوالد طويلاً والوالدة قصيرة، أو بالعكس، يجيء الأطفال طوالاً.

٤- إذا تزوج طفل من أطفال والدين ممن أشرنا إليهم في الفقرة السابقة، شخصاً قصير القامة، فقد يكون أطفاله طوالاً، وقد يكونون قصاراً، فإن بذور الشخص الأطول من الوالدين، ستكون مختلطة، بعضها يحتوي على "قصر"، وبعضها الآخر على "طول". ولهذا يترك الأمر لمحض المصادفة لتقرير أي النوعين من هذه البذور، هو الذي سيؤدي المهمة.

٥- إذا تزاوج أطفال الوالدين المشار إليهما في الفقرتين الثالثة والرابعة، فالمرجح أن يكون معظم أطفالهما طوال القامات، لأن "الطول" دائماً عامل أقوى من "القصر".

وكلمتا "طويل وقصير"، اللتان استخدمناهما، فيما تقدم، معناهما طويل وقصير على وجه حقيقي، وليس مجرد وصف للشكل الخارجي، لشخص ما، بل يشتمل كذلك صفات الأسلاف الأقربين. ولاشك في أن الطول أو القصر، يمكن أن يتأثر أثناء نمو الطفل، بتتابع التغييرات التي تطرأ على غدده. ونحن هنا نتحدث عن الميل أو الاستعداد الذي تمنحه الوراثة.

والقواعد التي ذكرناها آنفاً تنطبق أيضاً على لون العينين، حيث ترجح كفة اللون العسلي دائماً على كفة اللون الأزرق، كما ترجح كفة طول القامة على كفة قصرها، إذا تساوت الفرص بينهما.

وعلى هذا النحو يتم تحديد لون عينيك وشعرك، وربما تكوينك الجسماني

وأساس مقومات شخصيتك أيضاً. وتذكر، على أي حال، أن ما تعطاه من هذه الأشياء، هو مجرد الاستعداد. ومع هذا لا تزال لك المقدرة على أن تصنع حياتك، أو تفسدها.

لماذا أنت ولد، أو بنت؟!

في الماضي المعتم لتاريخ الوراثة الإنسانية، توجد أيضاً المخلوقات التي تجمع بين الجنسين ، ولهذا فإن هناك طريقة خاصة، يتقرر بوساطتها ما إذا كان الطفل سوف يشبه أمة أو أباه بصفة رئيسية، فيما يختص بالجنس الذي ينتمي هو إليه. وهذا يتم من طريق الأسلوب الذي تختلط به الجزيئات الملونة "الكروموسومات" الخاصة بالجنس الآتية من الأب والأم، في كل خلية من جسم الطفل. ففي كل خلية من جسم المرأة، يوجد اثنان كبيران من جزيئات "كروموسومات" الجنس، وهذان يمنحانها كل مقومات الأنوثة.

وفي كل خلية من جسم الرجل اثنان من جزيئات "كروموسومات" الجنس أيضاً، أحدهما كبير والآخر صغير، وما اجتماعهما تأتي رجولته. ولكن عندما تتكون البذور بفضل عضوي التناسل للرجل والمرأة، فإن كل بذرة تتلقى من الجزيئات "الكروموسومات" أربعة وعشرين فقط، ولك بذرة من بذور المرأة تحتوي على جزيء جنسي كبير واحد. ومن ناحية أخرى، فإن كل بذرة من بذور الرجل أما أن تحتوي على جزيء جنسي كبير، وأما على آخر صغير. ولهذا فإنه عندما تجتمع خلايا التأنيث وخلايا التذكير، فإن مزيجهما: أما أن يحتوي على جزيئين كاملي الحجم من جزيئات الجنس، وأما يحتوي على اثنين منها إحداهما صغير والآخر كبير الحجم.

وعلى هذا فإن الكائن الحي الجديد ينمو ليصبح ولداً أو بنتاً، تبعا لطول أو قصر الجزيء "الكروموسوم" الذي يحتويه خلية التذكير التي قامت بتلقيح خلية التأنيث.

حينما ترتكب الطبيعة خطأ

ليس في الناس من هو ذكر أو أنثى تماماً، أي مائة في كل مائة. ونحن جميعا لا نزال نحمل من الشواهد ما يدل على أن كلا من الجنسين لم يكن على الدوام مختلفاً عن الآخر. فالذكر له ثديان لكل منهما حلمة، ليس لوجودها أية فائدة. كما أن في جهاز المرأة الداخلي، عضواً صغيراً يمثل عضو الذكر الخارجي، الذي لم يطرأ عليه نمو.

وفي مقوماتنا الشخصية أيضاً، يجد معظمنا نفسه مزيجاً يجتمع فيه بعض من خصائص الأنثى، وبعض من خصائص الذكر، ولو أنه في الأغلبية العظمى من الأحوال، تتغلب فينا الأنوثة أو الذكورة، بحيث تجعل منا رجالاً أو نساء، بصورة مرئية واضحة. على أنه يحدث في بعض الأحايين أن يقع خطأ ما. ولعلك تذكر أننا لاحظنا أن الطبيعة قد جربت طرقاً أخرى لا يزال بعضها على قيد الوجود في صور أخرى من الحياة غير الصورة الإنسانية. وكل طفل آدمي في أثناء وجوده في رحم أمه، ينمو ويتطور تكوينه عبر جميع المراحل التي مر بها التاريخ الماضي للجنس البشري، على نحو نمو "أبو دنيبة" وتطور تكوينه إلى أن يصير ضفدعة. ولكنه يحدث أحياناً أن ينمو الطفل يطرأ عليه ما ينحرف به عن الطريق المستقيم. وهذا هو السبب في أن بعض الناس يولد بشفة مشجوجة، أو حنك مشروم، وأحياناً بما هو شر من هذا من آيات التشويه. وهو أيضاً السبب في أنك تجد أشخاصاً ليسوا بالرجال وليسوا بالنساء، تماماً، ولكنهم مزيج من الجنسين. وأمثال هذه الحالات، كما سبق قوله، نادرة جداً، ولكنها تحدث فعلا. وإذا فهمنا السبب فيها ساعدنا ذلك على ألا تقسو على أولئك الذين هم أقل منا نصيباً من حسن الحظ.

ففي كل واحد منا، تبقى خصائص صغيرة معينة من الجنس الآخر. ويبدو أن "كروموسومات" الجنس في بعض الأسر من بني البشر، فيها احتمالات كامنة للارتداد إلى مراحل متقدمة من النمو الجنسي في تاريخ الحياة. وإذا حدث أن كانت "الكروموسومات" الجنس في كل من الوالد والوالدة، فيها مثل تلك الاحتمالات، فإن

امتزاج بذرتيهما من شأنه أن يزيد احتمال وجود شذوذ في أطفالهما على نحو مماثل. فإذا اجتمع طرفان لكل منهما استعداد لانجاب التوائم، فإنه يقوى احتمال ميلاد التوائم على نحو يزيد كثيراً عما يكون عليه الأمر في الحالات العادية.

وحين يحدث ذلك، فمن المتوقع أن تكون نتيجته شخصاً من الواضح أن له مشاعر الذكر والأنثى فيما بينه وبين نفسه إلى درجة غير مألوفة. وهذا من شأنه أن يزيد الصعاب في حياة مثل هؤلاء الأشخاص، ولاسيما في حياتهم الجنسية.

ولقد كان من مألوف العادة بصفة عامة أن يقابل الناس كل إنسان ولد وفيه هذا الشذوذ، بالسخرية والاستهزاء. أما اليوم، بعد أن اتسع أفق معرفتنا، فإن المجدودين منا، الذين ولدوا في صور طبيعية لا شذوذ فيها، لم يعودوا يستطيعون أن يحتقروا تلك المخلوقات التعسة، أكثر من احتقار أي شخص آخر مصاب بعجز طبيعي، مثل صاحب الظهر الأحدب، أو القدم المعوجة!

ومن وجهة نظر معينة أيضاً، فإن العذاب النفسي الذي يعانونه، بسبب شذوذهم عن الآخرين، هو وفاء بالدين الذي ندين به جميعا لقوى الحياة التي أخرجت جنسنا البشري إلى حيز الوجود، عبر ذلك الطريق الشاق الطويل. فهم يقاسون، على نحو ما، من أجلنا!

وعلى هذا يكون من الخطأ والحماقة من جانبنا، ونحن ننعم بهبة التحرر من أي شذوذ جنسي، أن نتعود طرائقهم في الحياة، أو نحاول تقليد عاداتهم. ومع هذا ينبغي أن ندرك الصعاب التي يكافحون تحت عبئها، وأن نعوضهم بما نهب لهم من الاشفاق وحسن الفهم، في حين نحمد ما أوتينا من حظ سعيد.

عبور الهوة بين الماضي والمستقبل

قد تتساءل فيما بينك وبين نفسك عن السبب الذي من أجله ذكرت كل ما ذكرت عن الماضي، وعن الوراثة، في كتاب غرضي منه أن "تعرف نفسك"، وأن يزداد علمك بالحياة.

والواقع أنني أكثر ما أكون اهتماماً لما اضطررت إلى عدم التعرض له. ولكنك إذا كنت مهتماً بالأمر، فهناك كتب كثيرة نافعة أعظم النفع تستطيع بمساعدتها أن تلم بالتفاصيل.

فأنت موضع عنايتي بصفة مباشرة. ويبدو لي أن أنجع وسيلة في مساعدتك على الملائمة بين نفسك وبين الحياة، هي أن تبدأ بفهم مكانك في الحياة.

فأنت واقف عند الثغرة ما بين الماضي والمستقبل، ووراءك أجيال من الأسلاف اشترك كفاحها وآلامها، وعملها وجذلها، في صنعك على نحو ما أنت عليه، إلى حد بعيد جداً.

ولكن الحياة لا تنتهي بك. وكذلك لا ينبغي لنا أن يتملكنا الزهو، حين نفكر في كل القوى التي احتشدت لكي تصنعنا، ولا أن تتغلب علينا ضخامة ما نرى أمام أعيننا.

وإذا كان هناك شيء بلغ من القرب إلى الحقيقة مبلغ أي شيء في الدنيا، فذلك هو أن مثلنا مثل حلقة في سلسلة الحياة الكبرى. حيث يمتد بنا النظر إلى الوراء إلى "الأميبا" الأولى، ويمتد إلى الأمام، إلى صورة من الحياة أعظم مما صورت لأحد أحلامه.

وهذا على أي حال هو "الاحتمال"، فإذا فشل الجنس البشري، فليس هناك ما يمنع الطبيعة من أن تتركه ليموت، أو يقتل نفسه، حتى يصبح مجهولاً على الأرض كبعض المخلوقات البدائية التي كشفنا عن هياكلها ما كانت مطمورة تحته، ولكنها لم يعد لها على وجه البسيطة وجود.

فنحن على أي حال نقف في مرحلة ما من مراحل الطريق إلى "مكان ما". أما إذا تساءلنا: "إلى أين"؟ فذلك يتوقف عليك أنت.. إلى أبعد الحدود.

بعد أن يجتاز الطفل مرحلة الأنانية وحب الذات، يتجاوزها صعدا في مرحلة

حب الأسرة فحب المجتمع. فإذا أردت سبباً جيداً يبرر اتباعك لنفس الاتجاه، فلتفكر لحظة فيما أنت مدين به لأولئك الذين مضوا من قبلك.

إن الأعضاء، والحواس، والمواهب الذهنية جميعا، قد اكتمل نموها خلال الملايين من السنين، بمجهود أليم. وبيدك أنت أن تدفع إلى المستقبل، ما لا يقل عما أعطى لك، وقد يزيد.

هل تستطيع أن تقبل هدية كل الحياة التي مضت من قبلك، دون أن تدرك أنك مدين بشيء ما، في مقابلها؟ فلنساعد الحياة، بدلاً من أن نحاربها، وليكن ذلك ليس بمجرد تحسين بيئة المستقبل، أي الأحوال المادية الفعلية للحياة، وجعلها خيراً مما هي عليه في الوقت الحاضر، بل يجعل عدة المستقبل تربو على ما تلقينا من تراث الماضي.

وهذا باعث عميق، يدفعك لأن تعيش عيشة راضية، وتحيا حياة طاهرة ذات أهداف..

الفصل الخامس

من أنا..؟

أظن أننا قد فرغنا من الإجابة على سؤال: (ما أنا) في الفصول السابقة، حيث رأينا كيف خرجت الأنواع البشرية إلى حيز الوجود، تدريجاً، وببطء شديد استغرق زمناً طويلاً جداً، وهي أكثر صور الحياة التي نعرفها حتى اليوم تعقيداً.

و (من أنا؟)، هو سؤال آخر عميق جداً، لأن هناك عوامل متعددة، تصنع (أنا)، في كل منا.

من المعتاد، أن نفكر في شخص ما، باعتباره جسماً وعقلاً. فلا جدال في أن كلا منا له جسم، فإننا نستطيع أن نبصر، وأن نحس، ونلمس ذلك الجسم. أما فيما يعني العقل، فالأمر ليس كذلك تماماً. ومن الصعب مجرد تحديد ما نعنيه بكلمة العقل. فهل نعني أداة المخ والجهاز العصبي، التي تجمع التأثيرات وتخزنها وتمكننا من التعبير عنها. أن بعض العلماء يظنون أن هذا هو كل ما هنالك.. مجرد آلة دقيقة شديدة التعقيد للالتقاط والتسجيل. وآخرون يعتبرون أن العقل، أو الشخصية، أو "الروح"، شيء ثالث منفصل عن الجسم والمخ، وأنه يستغلها كأداة يحقق بها لنفسه النمو. وأظن أن من الخير الآن أن ندع المسألة الفلسفية وشأنها مؤقتاً. على أنها موضوع يحلو النقاش فيه والتفكير. وفيما بعد، سأوافيك بأفكاري الخاصة عن ذلك الموضوع، وببعض مقترحاتي عن الطرق المختلفة التي قد يعالج بها.

ومن رأيي، أننا الآن يجب أن نكون عمليين بصورة حاسمة، مصدقين أن لنا جسماً، ومخاً، موجوداً في الجمجمة، مع "رسله" و"خدمه"، يعمل بوساطة الجهاز العصبي. كما أن لنا عقلاً نشعر على أي حال بأنه يستطيع التفكير بحرية، والتمييز في

الحكم بين الخطأ والصواب. ولكي نستطيع أن نحيا حياتنا، ونسعى جاهدين إلى ما هو أفضل، فمن الأجدى أن نشعر بأن لنا المقدرة على التفكير، والمفاضلة بين الخير والشر.

وعلى هذا فلنبدأ باختبار الأعمال الفعلية التي يؤديها الجسم، والتي لابد أن تتضمن أعمال المخ والجهاز العصبي المركزي، ثم أعمال العقل. وحين نفعل هذا، سيكون حتما علينا أن نتناول الجسم والعقل كلا على حدة، وكأن كلا منهما منفصل تماماً عن الآخر فيما يؤدي من أعمال، وأن كان كل منهما، في واقع الأمر، مرتبطاً بالآخر أوثق الارتباط. فالأفكار يمكن أن تحدث تغييرات جسمانية. كما أن حالات الجسم يمكن أن تؤثر في العقل.

وحين يقاسي الإنسان ألماً، فإن الألم ينعكس على عقله، إذ يشعر بالانقباض ويفقد المرح. وإذا لم تكن له مقدرة كبيرة على ضبط النفس، فإنه لا يلبث أن ينقلب إلى شخص نافد الصبر، صعب المراس. والقلق، وأن كان حالة العقلية، فإنه قد يؤثر في الجسم، ويسبب اعتلال الصحة.وشعورنا العقلي نحو الأشياء المطلوب منا عملها، يمكن أيضاً أن يؤثر في طريقة قيامنا بعملها، من الناحية الجسمانية.

إذا كنت "تحب" لعبة الكرة، أو إذا أنت عقدت العزم على أن تصبح لاعباً ناجحاً من لاعبيها، فسيقدر لك من النجاح أضعاف ما كان يمكن أن تظفر به لو لم تكن مهتما بها، أو إذا كنت تمقتها مقتاً. وعلى العكس من ذلك، إذا عرفنا في أنفسنا الضعف الجسماني في ناحية معينة، فإن عقولنا قد تجاوب على هذا بالشعور بالنقص في تلك الناحية.

أن العمل المشترك بين "جسم" معين "وعقل" معين، من طريق وسيط هو "مخ" معين، هو أساس تكوينك (أنت) وللغرض العملي الذي هو اختبار عمل الجسم وعمل العقل، يجب أن نتناول كلا من الموضوعين على حدة، وأن كان من الجائز أننا في آخر الكتاب، سنتمكن من توحيد هذين الجزأين مرة أخرى.

فننتقل إذن إلى اختبار الجسد.

وأنا لا أقصد إلى تناول التفاصيل الفنية في الشرح، أو أستعين فيه بالرسوم البيانية والصور، لأن هناك شيئاً كثيراً أريد تناوله بالبحث قبل أن أبلغ "النهاية".

على أنني أنصح لك، على قدر سنك ومستوى التعليم الذي وصلت إليه، بأن تمضي في هذا الميدان إلى أبعد من هذا، فيما بعد، ذلك أنه من الخير أن تعلم شيئاً عن الطريقة التي يؤدي بها جسمك عمله، بدلا من أن تعتمد الاعتماد كله على "الخبير". وأنت تعلم أنك قد كتب عليك أن تعيش مع جسمك طول حياتك. كما أن عليك في بعض الأحيان أن تحتمل متاعبه، كما تنعم بمزاياه. ولهذا ينبغي عليك أن تعلم عنه كل ما تستطيع أن تعلم!

الأعجوبة التي هي جسمك

والأجسام بصرف النظر عن كونها نباتاً، أو حيواناً، أو إنساناً هي أزهار الفروع المختلفة، المرتبطة بصلة القرابة، من شجرة الحياة. وأصلها المشترك هو جسم الخلية المفردة الأولى.

وتأمل كم يوجد هناك من أجزائك المختلفة: العظم، الشعر، الجلد، الشحم، العضل، القلب، الأوعية الدموية، الرئتان، الكليتان، المعدة، أعضاء التناسل، الغدد، وما إليها.. أجزاء مختلفة كثيرة جداً، جداً، لكل منها عمل خاص يقوم بأدائه. وأنت مكون من ملايين الخلايا، التي تشترك فيما بينها في أداء مجموعة هائلة من مختلف الأعمال. ومع هذا لا يشك أحد في أنك "شخص واحد". فتلك حقيقة يندر أن تكون موضعا لشك.

وحين تفكر في فوضى العالم الذي يحيط بنا، والذي يتولى إدارته الإنسان، فإن مثل هذه النتيجة الباهرة في دقة التنظيم، على نحو ما يتجلى فيما أنت عليه، تبدو أشبه بمعجزة.

صحيح أن بعض الناس –في أحيان نادرة– يولدون مشوهين في ناحية ما، ولكنك حين تتبين أنها حالات قليلة جداً، نسبياً، فإن ذلك جدير بأن يزيدنا أعجاباً بعمل الطبيعة..

الجماعة النموذجية

تستطيع أن تفكر في الجسم، باعتبار أنه جماعة نموذجية، أساسها ودعائمها الهيكل العظمي الذي بني عليه كل شيء آخر. وفي نطاق ذلك الهيكل تقوم "الأسر" المختلفة، أو "الفرق" التي تتعاون في سبيل الصالح العام.

ففي حدوده تعمل ست "فرق" رئيسية:

جهاز الهضم والتبرز. الجهاز العصبي.

جهاز التنفس. الجهاز الغددي.

جهاز الدورة الدموية. الجهاز التناسلي.

وهذه جميعا تعمل معا على أن يؤدي الجسم واجباته بطريقة مرضية، ولكن كلا منها –بدوره– يحتوي على فريق من الخلايا يؤدي كل منها عمله الخاص. وعلى غرار أية جماعة نموذجية، هناك من الفرق ما "يزود الجسم بالطيب"، ومنها ما "يطرد عنه الخبيث".. ولم تعدم هذه الجماعة "عمال التليفون"، ولا "عمال البريد".

وإذا فكرت في الأمر، رأيت لذلك شبها قريباً بين أجسامنا وبين العالم في خارجنا. فمع أن لكل عضو أهمية بالنسبة إلى الحياة، فإن بعض الأعضاء يبلغ من عظمته وقوته، أن بقاء الجسم يعتمد عليه إلى درجة كبيرة جداً، ليبقى بحالة طيبة. وكما أن في العالم بلاداً كبيرة قوية وفيه كذلك بلاد أخرى صغيرة، فإن الحال في الجسم لا تخرج عن هذا المنوال. فالقلب، والرئتان، والمخ، هي بمثابة "الدول العظمى"، التي تتمتع كل منها "بمنطقة نفوذها" الخاصة.

وما دام بعضها يعمل مع بعض في "انسجام"، مع المحافظة على "توازن

القوى" فيما بينها، فإن كل شيء يسير على ما يرام. ولكنك لا تستطيع أن تتصور أن المخ والرئتين والقلب، تدخل ميداناً ينافس فيه كل منها الآخر، أو تتحارب بسبب رغبة أحدها في العدوان على حدود الآخرين!

وينبغي أن تبدو الحرب في العالم في صورة سخيفة مثل هذا السخف!

ولنذهب في المقارنة إلى أبعد من هذا. فمن الحقائق المعروفة في العالم المتحضر، أنه حتى الشعوب الصغيرة لا يمكن أن تقاسي وحدها أهوال الثورات الداخلية أو القحط، دون أن تؤثر فينا جميعا، بصفة مباشرة أو غير مباشرة.

وعلى هذا النحو تماماً.. إذا مرض أصغر الأعضاء في أجسامنا، أو أقلها أهمية، وأن لم يؤد المرض إلى الوفاة أو الآلام الفظيعة، فإنه يحتمل أن يكون له أثر مزعج على كياننا بأكمله.

ولمواجهة مثل تلك الحالات الطارئة، اتخذت الطبيعة احتياطات حكيمة ، فكل من أعضائنا قد بني ليتحمل من الإرهاق أكثر مما نحمله في العادة. ومعنى هذا أننا لا ندير "محركاتنا" عادة بأقصى ما تستطيعه من القوة. وإذا كان لك شيء من العلم بالسيارات، مثلا، فإنك تعلم أن إدارة المحرك بأقصى ما يستطيعه من القوة، سرعان ما تسفر عن القضاء عليه.

والعاقل من أصحاب السيارات يتمسك بأهداب التقدير الحسن. فهو إذ يدير محرك سيارته بقوة تقل عن النهاية القصوى، إنما يحافظ على قوتها. فإذا طرأت حالة تستلزم مزيداً من السرعة المفاجئة، أو تستوجب احتمالاً شاقاً طويل المدى، فإن سيارته تكون أكثر استعداداً لمواجهة تلك الحالة، من سيارة أخرى تعرض محركها لمزيد من الإرهاق..

وكذلك حالنا نحن. فمن واجبنا أن نمنح أجسامنا من العناية ما ليس يقل عما نمنحه لسيارة نحبها أو محرك بحيث نعامل أجسامنا بغير تهور، بل باحترام.

والأطعمة الدسمة، لا تؤذي إذا تناولناها في اعتدال. ولكننا إذا أرهقنا بها الجهاز الهضمي بصفة دائمة، فسيأتي وقت يزيد الإرهاق فيه عن مدى طاقته، وحينئذ يخذلنا "المحرك".

والاحتياط الثاني الذي تتخذه الطبيعة استعداداً للطوارئ، هو القوة الاحتياطية المختزنة في الأنسجة الدهنية من أجسامنا، على نحو الغذاء الاحتياطي وراء الجيش. فإذا عشنا عيشة حكيمة وطيبة، بحيث لا نبعثر قوتنا في إسراف، فإن ذلك الاحتياطي يتجلى نفعه حين يهاجم المرض عضواً من أعضائنا. فإذا وقع حادث أو انتاب مرض، فإن كريات الدم البيضاء تكون هي الأسبق إلى العمل. وهي أشبه ما تكون بقوة من البوليس الدولي تقبع في داخلنا، على أهبة الاستعداد في كل وقت، لمقاومة كل معتد.

وإذا كنت قد جرحت نفسك، ونفذ بعض القذارة إلى الجرح، فإنك ستتذكر كيف تقيح الجرح، وخرجت منه مادة صفراء. فإذا كان هذا قد حدث لك في الصغر، فلعلك كنت شديد الزهو بما ثار حولك من الاهتمام وما لقيت من العناية بتنظيف جرحك وتضميده "بصبغة اليود" أو "البيروكسيد". وتلك المادة الصفراء هي جثث القتلى من الكريات البيضاء في المجرى الدموي الذي نشبت بينه وبين العدوى معركة. وموت عدد كبير من تلك الكريات معناه أن العدوى قوية.

فإذا ما كانت قوية إلى حد بعيد، على نحو ما تكون الحالة في الجروح الفظيعة، فقد لا يستطيع الجسم أن يصنع كريات بيضاء جديدة بالسرعة الكافية لتحل محل القتلى من "جنوده". وفي مثل هذه الحالة، وإذا لم تتيسر المعونة الطبية، قد تتغلب العدوى، ويموت المريض. أو على الأقل في حالة وجود العدوى في أحد الأعضاء، فإن الضرورة قد تقتضي بتره إنقاذاً لحياة المريض.

وهكذا ترى أن أساس وجودك، وهو الجسد، عبارة عن جماعة يسودها نظام دقيق. وبعض أعضائها يلزمون أماكنهم لأداء أعمالهم الخاصة. أما الآخرون، القوات

"الدولية" بلغة أخرى، فعلى استعداد دائم للمسارعة إلى أي مكان تشتد فيه الحاجة إليهم.

ألا يستطيع الجنس البشري أن يجد شيئاً يتعلمه من معجزة الطبيعة التي تتجلى آيتها في هذا النظام؟ وهل من الضروري اللازم أن تنقضي ملايين السنين، قبل أن يظفر العالم بجماعة دولية ناضجة، على نحو ما استغرقه جسم الإنسان في أطوار نشوئه وارتقائه؟

هناك أسئلة لابد لنا جميعا من مواجهتها، بحكم أننا ندخل المجتمع ونحتل أماكننا كمواطنين مسئولين. ولا اعتقده حكماً خاطئاً إذا قلنا بأن الجنس البشري لو قنع بأن يتعلم من الطبيعة، لأدرك إلى أي مدى كان التعاون هو عماد الحياة..

وعلى هذه القاعدة، يجب أن يكون من الممكن بناء عالم أفضل، وأكثر سلماً، يعمل فيه كبير الشعوب وصغيرها معا، في ضوء العلم بأنه لا يمكن أن يصح "جسم" ما، بينما يكون أحد أعضائه مريضاً، أو على غير اتفاق مع سائر الأعضاء.

الفصل السادس

جهاز الهضم والطرد

على نحو ما نعتبر أن الجسم هو أساس حياتنا على الأرض، كذلك يجب أن نوافق على أن أساس الحياة في الجسم هو تناول الطعام، والهضم، والتخلص من الفضلات ، فإذا أردنا أن نعيش، فيجب علينا أن نأكل، وأن نستخلص التغذية من طعامنا، وأن نستعين بها في بناء أجسامنا لتعويض ما ننفق في حياتنا من الطاقة، كما يجب علينا أن نطرد من أجهزتنا الفضلات التي لو بقيت فيها لسببت لها التسمم.

ولا جدوى من الاكتفاء بالطعام بالأطعمة الحلوة وأنواع البسكويت مثلا، وأن كانت شهية المذاق إذا تناولناها في المناسبات. وفي وسعك أن تتذوق مزيداً من لذتها لأنها كماليات لا تأتي إلا نادراً، ولكنك في معيشتك اليومية، تحتاج إلى المدد من الأطعمة الأساسية المغذية.

هل فكرت مرة في مقدار الطاقة التي تستنفذها كل يوم؟ ما هي؟ ومن أين تأتي؟

هناك أيام عطلات تجري فيها، وتقفز، وتركب الدراجة، وربما عمدت كذلك إلى تسلق الصخور والمرتفعات. وهناك أيام المدرسة أيضاً. ففضلا عن التمرينات الرياضية، يكون عقلك فيها مشغولاً بالعمل، وهذا نوع من استخدام الطاقة أيضاً. وهناك أوقات أخرى تكون فيها غر قائم بأي عمل معين. وحتى في مثل تلك الأوقات، سواء كنت جالساً بلا حراك، أو راقداً تنعم بأشعة الشمس، بل إذا كنت نائماً في فراشك، فإنك تستهلك بعض الطاقة، ولو اقتصر الأمر على التنفس.

هل فكرت مرة في الأعمال المستترة، التي تدور بداخلك، والتي لا تشعر بوجودها إلا إذا وقع خطأ فيها وأصابك من الألم ما يسترعى انتباهك إليها؟

بعد أن تنقضي فترة مديدة من الوقت على تناولك وجبة طعام، تكون معدتك وأمعاؤك مشغولة بهضم طعامك، دون أن تفكر أنت في ذلك، حيث تقوم باستخلاص الغذاء الجيد من الفائض، ثم ترسل الخلاصات الجيدة إلى الدم لتزيده غنى، وتعد العدة لطرد النفايات.

وهذه الخلاصات الجيدة تنتقل من طريق الدم لتجدد بناء الجسم كله، وتمنحه القوة والعافية. أما النفايات فإنها تتجمع، حتى تشعر بالرغبة في التخلص منها، يابسة كانت أو سائلة.

وتستمر هذه العمليات طول الوقت، ومع هذا فإنك تظل غافلاً حتى ينبهك جسمك إلى حاجته: أما إلى تناول مزيد من الطعام، وأما إلى التخلص من الفضلات.. إلا إذا حدث خطأ ما.

والخدمات التي يؤديها لك جهاز الهضم والتخلص من النفايات، هي في معظم الأحيان خدمات غير ملحوظة، ولكنها ملموسة النفع. والواقع أنك تستطيع أن تقارن بينها وبين "قسم الخدمات والإمداد" في جيشك الداخلي الخاص، حيث تمر الأغذية إلى الداخل، وتستخدم على أحسن وجه، وتترك النفايات، ثم يقذف بها إلى الخارج.

أو هناك وجه آخر للمقارنة. فإن الآلة المعقدة التي هي جسمك، ممتلئة بالوقود الذي يستهلك منه الجزء القابل للاستهلاك، كي تتولد منه قوة الاندفاع، بينما تتخلف الفضلات الباقية، ثم تطرد إلى الخارج. ويشبه جسدك، من ناحية ما، الآلة البخارية. فالوقود الذي يستهلك يولد قوة الدفع التي تدير العجلات. وطاقتك أنت، هي هذه القوة بذاتها.

وهكذا ترى مدى الأهمية التي تقترن بإعطاء جسدك الغذاء الصالح، في الأحوال الملائمة، فضلا عن وجوب معاملته باحترام.

وبعض الأنواع الكمالية من الطعام، قد يكون سائغ المذاق إلى حد كبير، ولا

بأس بأن تأكله إذا كنت تحب لذة مذاقه، بشرط ألا يحتوى على شيء ضار. ولكن من واجبك أن تتناول الأشياء الصالحة التي تمنح الحياة– اللبن، والماء، والخبز، والفاكهة، والخضر– أيضاً، بوصفها سند الحياة ودعامتها. وأنا على يقين من أن فطنتك نفسها تقول لك ذلك. فمع أنه قد يستهويك التهام الأطعمة الخفيفة بين الفينة والفينة، فإن التفكير في الإضراب الدائم عن تناول أي طعام آخر، يبدو أقرب إلى السخافة.

كذلك يجب أن يؤخذ الغذاء في الظروف الملائمة. لأن هذا يساعد سير حركات الهضم الطبيعية. وعندما تقول لك أمك: "لا تبتلع الطعام ابتلاعاً، واجلس كما ينبغي، واسترح فترة قصيرة بعد كل وجبة"، فإن أمك لا تقصد بذلك التعسف، لا.. بل أن الأمر على غير ما قد تكون ظننت، من أنها تمارس حقها في الرقابة عليك، لتريك من منكما صاحب الكلمة العليا في البيت.

وأنت تستطيع أن تتجاوز الحد في العناية بنفسك، على نحو ما قد تتجاوزه في أي شيء آخر. ولكنك من غير مبالغة في شدة التدقيق على الاطلاق، يكون من الحكمة أن تتذكر أن جسمك يستحق من العناية ما لا يقل عن عنايتك بدراجتك مثلا، إذا كنت حريصاً على أن تعيش في يسر وأمان. وقبل أن ننتقل إلى وصف العمليات الفعلية للهضم وتصريف الفضلات، لا بأس بأن نضيف هنا كلمة أخرى عن العناية التي أنت مدين بها لهذه "الآلة" التي تملكها.

ونصف هذه العمليات خاص بعزل النفايات وخزنها، قبل أن يتم طردها من الجسم. وليس في هذه المهمة بالذات ما يدعو إلى التقزز، لأنها طبيعية ومعقولة، وينبغي أن تواجهها بطريقة طبيعية ومعقولة، حتى تنشأ العادات الطيبة المنتظمة. فيجب أن تحاول، حين تدخل المرحاض في الصباح، قبل أن تفعل أي شيء آخر، أن تخلص جسمك بطريق التبرز والتبول، من النفايات اليابسة والسائلة التي تجمعت في أثناء الليل. ولا ينبغي، مهما بدا لك من حرج المناسبة أو خجلها، أن يمنعك

الاستحياء الزائف عن أداء هذه المهمة حينما تشعر بالحاجة إلى أدائها.

ومثل هذا الحياء "زائف" فعلا. فلماذا نخجل من قضاء ضرورة إنسانية عامة يشترك فيها الجميع، فضلا عن أهميتها الحيوية في حد ذاتها، بالنسبة إلى الحياة الصحية الجيدة؟

أنك تعرف ما عسى أن يحدث، إذا انسدت أنبوبة من أنابيب المجاري، حيث لا تلبث "النفايات" أن تطفح، وتسمم الهواء من حولها. وعلى هذا النحو تماماً، فأنت إذا سددت "مجاري النفايات" في جسمك، بمحض رغبتك أو بسبب بعض العادات الشاذة، فإنك بذلك تتيح الفرصة لجسدك، ليتسمم بما فيه من "نفايات". فإذا بذلت جهداً حقيقياً في سبيل إتباع عادات طيبة مقررة، فلابد أن تستجيب الطبيعة للمحاولة.

إذن فلنلق نظرة إلى ما يحدث فعلا حين يبدأ الطعام رحلته خلال جسمك، لأن أمامه طريقاً طويلاً لابد من قطعه بعد أن يدخل فمك ، فبمجرد رؤية الطعام وشم رائحته، تحدث أشياء معينة قد نعرفها وقد لا نعرفها ، فإن الشهية قد تزداد وقد تتضاءل، على حسب رغبتنا فيما يقدم إلينا من الطعام، وزهدنا فيه، ويجرى "الريق" في الفم، حتى يستعد اللعاب، وهو العصارة الهاضمة الأولى، لكي يؤدي عمله في الطعام. كما أن المعدة أيضاً تبدأ في تحضير عصارتها. ونبدأ نحن في مضغ القطعة من طعامنا بين الأسنان. فلا تلبث أن تتجزأ إلى أجزاء صغيرة يختلط بها اللعاب، فتصبح "لقمة" سائغة نبتلعها.

هل خطر ببالك مرة أننا لا نستطيع أن نبتلع بسهولة، سوى أشياء ذات شكل معين؟ أن قرصاً على شكل النجمة، مثلا، يكون من العسير أن ينزلق في الحلق. ونحن حين نصنع الأقراص على شكل دائري، فإنما نقلد في ذلك الطبيعة التي تسخر اللعاب والأسنان لتشكيل طعامنا حتى يصير دائرياً قبل ابتلاعه. ومهمة عصارات الهضم المختلفة – بما فيها اللعاب وغيره من العصارات التي يتم صنعها في المعدة

وغيرها من أعضاء الجسم – هي "تفتيت" الطعام حتى يستطيع أن يستوعبه مجرى الدم وأن تنتقل خلاصاته النافعة إلى أجزاء الجسم كافة. وبعد البلع، ينحدر الطعام في أنبوب إلى المعدة، وهي تشبه في عملها آلة الغسل التي تعتصر القذارة من الأقمشة، وأن كان ما تعتصره المعدة من الطعام، هو الغذاء الصحي الخالص. أما الفضلات "النفايات" التي لا فائدة منها للجسم، فتصيبها العزل جانباً.

وكما يستخدم الصابون في آلة غسل الملابس، تستخدم المعدة عصارة حمضية قوية، لتستخلص المادة النافعة من كل قطرة. ولهذه المناسبة، أظنك تعلم أن معدتك شيء صغير نسبياً، وتشبه في شكلها زجاجة إرضاع الأطفال، ومكانها في أعلى الجانب الأيسر من البطن.

والجزء الذي ربما قيل لك في أيام طفولتك أنه "معدتك"، ليس هو بمعدتك، وإنما هو كل البطن، أي الجزء الواقع بين الأضلاع والخاصرة، الذي يضم جميع أجزاء الجهاز الهضمي الأخرى.

وتحت المعدة، توجد الأمعاء الدقاق والغلاظ، وتوخيا للسهولة يمكنك أن تتخيلها في صورة خراطيم ملفوفة على شكل حلقات في البطن، يبلغ طولها عدداً من الياردات.

والطعام المهضوم نصف هضم، يمر أولاً بالأمعاء الدقاق، وهنا يبدأ عصارتان هاضمتان أخريان، مصنوعتان في المعامل الصغيرة، المسماة بالبنكرياس، والكبد والمرارة، في أداء عملهما في الطعام، حيث يدخل معظم خلاصته النافعة إلى مجرى الدم.

أما بقية الطعام، ومعظمها الآن نفايات، فإنها تمر في الأمعاء الغلاظ، من خلال أنبوبتها في الجانب الأيمن من البطن، ثم تعبر منحدرة صوب الجانب الأيسر إلى أن تخرج من طريق الشرج في صورة نفاية يابسة. والقناة الغذائية كلها – الجهاز الهضمي– يبلغ طولها ثلاثين قدماً. ووجبة الطعام الواحدة تقطع هذه الرحلة كاملة،

فيما يتراوح بين الثلاثين والثماني والأربعين من الساعات.

ويرجع السبب في تسمية "الأمعاء الغلاظ" و"الأمعاء الدقاق"، إلى أن الأخيرة وإن كانت أطول كثيراً من الأولى، إلا أنها أضيق منها، وبعضها ملتف حول بعض في حيز صغير. والأمعاء الغلاظ هي الأوسع، وهي تعبر البطن من اليمين إلى اليسار.

وكما هو الحال في المعدة، فإن الأمعاء هي الأخرى لها حركة تشبه آلة الغسيل، لكي يتم هضم الطعام بوسيلتين: إحداهما حركة الاعتصار الآلي، والأخرى عمل كيمياوي تقوم به العصارات المصنوعة في مختلف "معامل" المعدة، والكبد، والبنكرياس، والمرارة.

وإذا كنت قد تتبعتني حتى الآن، فلعلك تتساءل عن السر في قصر البحث على التخلص من النفايات اليابسة وحدها، علما بأن جسمك لابد أن يتخلص من النفايات السائلة أيضاً.

وهناك جهازان توأمان خاصان لذلك، هما الكليتان. وموضعهما هو الجزء الأعلى الخلفي من البطن، على أحد جانبي العمود الفقري. وهما أيضاً تسحبان النفايات السائلة من مجرى الدم، وتصبانها لتنحدر إلى المثانة خلال أنبوبتين. وحين تمتلئ المثانة، تشعر بالحاجة إلى إطلاق سراح النفايات السائلة. وهناك نفايات سائلة أخرى ذائبة في الماء، تخرج من مسام الجلد في صورة حبات العرق، التي تلاحظها بصفة خاصة، حين تشتد حماستك إلى درجة غير عادية وأنت تزاول الرياضة البدنية. ومرجع هذا إلى نشاط ملايين من غدد العرق الصغيرة، مع مخارجها خلال الجلد.

على أن الحديث عن الكليتين يذكرني بالكبد، فمن الأهمية بمكان بالنسبة إلى اكتمال صحتنا، إلا نمر بها مر الكرام. فهي تساعد في عملية الهضم، بصنعها عصارة خاصة اسمها "الصفراء". فإذا أصابك برد في الكبد، ضايق ذلك العضو المرهف، فقد يزداد إفرازها للصفراء. ومرض "اليرقان"، الذي يسببه ازدياد تدفق الصفراء، قد يكسو الوجه باللون الأصفر مؤقتاً.

وفوق هذا، فإنك إذا أسرفت في تناول الطعام الدسم، وأرهقت الكبد أكثر مما يحتمل، فسوف ينبهك ما تشعر به من عدم الراحة، إلى أن هناك زيادة في إنتاج الصفراء في "معمل" الكبد. وستصير في الواقع "ممروراً"، أو "مكبوداً"، في كل من جسدك ومزاجك– وهي حالة أرجح أننا جميعا قد قاسيناها في وقت ما أو سواه، بعد بعض الولائم العامرة بما لذ وطاب!

ويستوعب الكبد نفايات أخرى من الدم، من خلال شريان كبير يمر من خلاله.

وأظن هذا مقاماً مناسباً، لنلاحظ إلى أي مدى يعتمد الجسم والعقل، كلاهما على الآخر.

أن حالة تعب الكبد، هي كذلك حالة انحراف المزاج. فتزايد نشاط غدد العرق لا يسببه الإجهاد الجسماني وحسب، بل إنه قد يحدث كذلك بسبب الحالات الذهنية، كالشعور بالذنب، والخوف. والانزعاج والقلق قد يؤثران في عمل العصارات الهضمية إلى درجة أن القرح المعوية كثيراً ما توجد في أشخاص من ذوي المزاج العصبي —وفي مثل هذه الحالات، تكون أسبابها في معظم الأحيان معنوية، أكثر منها مادية.

وهكذا سوف ترى أن الجهاز المعقد الذي يقوم بالهضم وطرد النفايات، وأحد من الأسس الرئيسية في كيانك. وحينما تعمل أجزاؤه في انسجام، يكون عندك أساس الصحة الجيدة، والمزاج المعتدل، في آن واحد. وأن كل مرض حقيقي، بصرف النظر عن الوعكات العابرة، يصيب أعضاء الجهاز الهضمي، من المحتمل أن يثير كثيراً من المتاعب. ولهذا أظن أن من واجبنا جميعا أن ندرك مدى ضرورة الاحتفاظ به في حالة طيبة تمكنه من أداء واجباته على أكمل وجه، وأن نعطيه من العناية ما يكفي، دون أن نتهوس في ذلك، أو ننصرف إليه حينا لننصرف عنه أحياناً.

ولنحدد الآن بضعة اعتبارات نضعها نصب أعيننا لنستهدي بها:

١- خير طريقة نتبعها، هي عدم الإسراف في تناول الطعام.

فإن الأوعية الموجودة في داخلك، مصنوعة بحيث تتحمل من الإرهاق ما يزيد على ما ينبغي أن تحمله طول الوقت. أما إذا استمر الإرهاق، فإنك سوف تكون عرضة لأن تقاسي الأمرين من متاعب المعدة. ولسوف تنعم كذلك بمزيد من لذة الطعام إذا أنت رفعت يدك عن الطعام في الوقت الذي تستطيع فيه أن تستزيد منه قليلاً، بدلاً من أن تنتظر إنذار الطبيعة لك بقولها "قف"!

وسوف تجد أن كل شيء في الحياة، تقريباً، يفقد نكهته اللذيذة إذا لم يكن بعده مزيد ترجوه.

وثمة شيء آخر، فإنك إن أسرفت في الأكل، فلن تلبث أن تشعر بالخمول، والميل إلى النعاس. فيبطؤ النشاط العقلي، لأن الجهاز الهضمي يصبح في حاجة إلى مزيد من الدم حتى يؤدي العمل الشاق الذي ألقى على عاتقه. ومعنى هذا في آخر الأمر، أن المخ لا يظفر إلا بكمية منتقصة من "وقوده". تذكر هذا.. إذا أردت أن تظل يقظاً!

٢- الأطعمة الكمالية يحسن أن تترك للمناسبات.

أن الغذاء إذا اقتصر بصورة دائمة على الشليك والكريمة، فإنه لا يلبث أن يصير مملا، ثم يصبح آخر الأمر كريه المذاق. ولقد اتخذت الطبيعة احتياطاً حكيماً لتجنب الوصول إلى مثل هذه النتيجة. حيث يمكن تناول أهم المواد الغذائية المختلفة، التي تحتوي الضرورات الأساسية للحياة، في كل يوم، دون أن يملها الإنسان، أو يستكره مذاقها.

أننا نستطيع أن نأكل الكعكة، ولكننا ينبغي أن نأكل الخبز والزبد أيضاً.

٣- يجب أن نحرص على ألا نجعل الأمور صعبة بالنسبة لأجهزتنا الهضمية.

وفي وسعنا مساعدتها بمضغنا الطعام مضغاً جيداً، حتى لا تطالب المعدة بالتصرف في كتل صلبة من الطعام ، ومن العوامل المساعدة كذلك ألا نسمح لأنفسنا بتعود القلق. لأنه لا يحقق غرضا نافعاً على أي حال، وقد يكون له أسوأ الأثر على عمليات الهضم.

كما أن الجلوس باعتدال إلى مائدة الطعام، بدلا من الاستعجال في التهام المأكولات، يساعد أيضاً على أن تستمر الآلة في عملها بدقة وانتظام.

٤- جهاز "طرد النفايات" الداخلي، يجب أن يظل يعمل وهو في حالة جيدة.

وخير طريقة لتحقيق هذه الغاية، هي إتباع عادات منتظمة في القيام بعملية التنظيف الداخلية، لمساعدة الجسم على التخلص من فوائضه. وهذا أيضاً هو أحد الأعمال الجسمانية التي يسير أداؤها مع أداء عمل العقل جنباً إلى جنب. فالشخص المصاب بالإمساك يشعر عادة بالانقباض، وكثيراً ما ينحرف مزاجه. فلتكن نظيفاً من الداخل، وعندئذ يبدو لك العالم الخارجي أكثر إشراقاً.

الفصل السابع

جهاز التنفس

إن الرغبة في الحياة عارمة القوة فينا جميعا،ونحن نكافح للاحتفاظ بها، حتى في أسوأ الأحوال. وهذا طبيعي وحق، إذا تأملت ملايين السنين التي خاضتها الحياة في كفاحها الصاعد من لا شيء، وتشبثها، وملاءمة نفسها، وإصرارها على البقاء في وجه كل أنواع المصاعب والأخطار.. وهكذا نجد أن "حب البقاء" هو أقوى غرائزنا جميعا. وهذا هو السر في أنه على تعاقب المراحل المدهشة التي مر بها الجسم الإنساني في نموه وتطوره، أصبحت عملية التنفس عادة ضرورية متأصلة، إلى درجة أننا لا نستطيع تعطيلها طويلاً بمحض رغبتنا.

إذن، فكيف يعمل هذا الجهاز الذي يمكننا من "إحراق" الأكسجين" في هذه السلسلة المعقدة من المعامل الكيمياوية، التي هي جسمنا؟

قبل كل شيء، يدخل الهواء بطريق الأنف. والسبب في هذا، وأرجو أن يكون دائماً كذلك شأنكم جميعا، هو أنك إذا تنفست بطريق فمك، فإنك بذلك تختصر طريق عملية تكرير طبيعية، تقصد بها الطبيعة إلى تنقية الهواء الذي حولنا من بعض شوائبه.

ولعلك لاحظت أنه كلما كان هناك ضباب كثيف، لاسيما في العواصم والمدن الكبرى، فإن أنفك يصير أسود من الداخل. والسبب في هذا هو أن الشعرات الصغيرة الموجودة بداخل الأنف، قد احتجزت ذرات "الهباب" العالقة بهواء المدينة ، فلو أن هذا "الهباب" قد نفذ من الأنف مع الأنفاس، ولم يمنعه مانع من عبور تلك الحدود، فإنك تستطيع أن تتصور ما عساه أن يكون قد طرأ من السواد والانسداد،

على جهاز تنفسك، حتى الآن.

ومثل تلك الشوائب موجود في الهواء على الدوام. حتى إذا لم يكن بمثل الكثافة التي يكون عليها حينما يكون هناك ضباب. والاستعدادات الخاصة بداخل الآنف، مقصود منها منع تلك الشوائب من اجتياز حدود الأنف. وبعد دخول الأنف، ينفذ الهواء الذي تمت تنقيته من بعض شوائبه، من خلال فتحتي الأنف، وينحدر إلى الرئتين من طريق القصبة الهوائية. وهذه الممرات جميعا تكسو جدرانها من الداخل طبقة من الرطوبة تلتقط وتعزل بقايا الشوائب، حتى يصل الهواء إلى الرئتين نقياً صالحاً للاحتراق في "موقدنا".

وأنت قلما تتنبه إلى وجود تلك الرطوبة الخاصة إلا حين تصاب بنزلة برد بكل ما يلازمها المضايقات والإخلال بالتنفس. على أن الشيء الذي قد تسأل عنه، هو تلك القوة التي ترتفع بالهواء وتنخفض، في الأنف، من طريق جهاز التنفس؟

وخير طريقة للإجابة بأنفسنا على هذا السؤال، هي التفكير في المنفاخ، أو في "الاكورديون"، وهو تلك الألة الموسيقية التي تشتغل بطريقة تعبئة الهواء ثم تفريغه، بصورة مستمرة.

فإذا ضغطنا على إحدى هاتين "الألتين" أولا، ثم تركناها لتنتفخ، فإن الهواء ينجذب إلى داخلها، فالطبيعة تهرب من الضغط. وكلما وجد فراغ، فإن "شيئاً" ما يجب أن يندفع لكي يملأه. وهذا على الأقل هو حكم الأحوال السائدة على هذه الأرض. وذلك بصرف النظر عما إذا كان هذا "الشيء" هو البحر، حين تغوص الأرض بسبب هزة في قاعه، أو الهواء، في مثل الأحوال التي وصفناها منذ قليل. و"المنفاخ" أو "الاكورديون"، الذي يعمل بداخلك، هو الرئتان.

والرئتان، مثل بعض أعضائنا الأخرى –كالأمعاء مثلا– أكبر كثيراً مما قد تظن. فلو أن كل خلاياهما الصغيرة، بجدرانها التي تشبه شبكة العنكبوت، قد فتحت مسطحة وفرشت على الأرض، لغطت مساحة قدرها مائة ياردة مربعة. ولكنها بسبب

كونها مضغوطة إلى بعضها البعض، فإن الرئتين تشغلان مع القلب، فراغاً صغيراً يحميه إطار من ضلوعنا. فالضلوع، والجزء الأعلى من العمود الفقري، تتكون منها حظيرة تؤوي "البالونين" التوأمين، وهما الرئتان. على أن إطلاق اسم "البالونين" على الرئتين قد يعطيك فكرة خاطئة عن شكلهما. وكذلك المقارنة بينهما وبين المنفاخ والأكورديون، وأن كانت هناك أوجه للشبه فيما تؤديه جميعا من العمل.

وأظن أن خير وسيلة تعطيك فكرة عن شكلهما ومظهرهما، هي المقارنة بينهما وبين ذلك النوع من الخضر، المعروف باسم "القرنبيط". فالقرنبيطة بعد انتزاع أوراقها الخارجية، يظهر في وسطهما ساق سميكة تتفرع عليها سيقان أصغر منها، تتفرع عليها هي الأخرى سيقان أصغر وأصغر، توجد في أطرافها القمم البيضاء التي هي بمثابة الزهرات.

فإذا أنت أمسكت بالقرنبيطة مقلوبة رأساً على عقب، تكونت لديك فكرة ما عن هيئة الرئتين. فإن الساق السميكة التي هي القصبة الهوائية، تتفرع منها سلسلة من المجاري الدقيقة: كل منها أصغر من سابقتها. إلى أن تنتهي هذه إلى خلايا هوائية صغيرة تشبه الزهرات في ثمرة "القرنبيط"!

ولكن يجب أن تتذكر، أن ما عندنا هو "قرنبيطة" مزدوجة، يتفرع على ساقها الرئيسية مجموعتان من الزهرات، هما الرئتان اليمنى واليسرى.

وفي جدران كل تلك الأنابيب توجد الأوعية الدموية، التي يزداد نحولها ودقتها كلما ازدادت الأنابيب نفسها نحولاً ودقة، فإذا هي وصلت إلى الخلايا الهوائية، فإنها تكون قد بلغت درجة تفوق الوصف من التناهي في "اللطف" الذي يكاد يبلغ مبلغ الخفاء. وحين تضغط الخلايا الهوائية، كما يضغط المنفاخ، فإننا نقوم بحركة "زفير". ورد الفعل الطبيعي على هذا هو "الشهيق"، حيث تمتلئ الخلايا الهوائية من جديد بالهواء، مانح الحياة.

والآن، نجد أن كلا من هذه الخلايا الهوائية الصغيرة – على نحو ما رأيت في

دراستنا للحياة العضوية في مجموعها– هي معمل كيمياوي صغير يعمل احساب نفسه، ومهمتها المحددة هي استخلاص الأكسجين من الهواء، وتمريره خلال قنواتها الدموية الخاصة إلى مجرى الدم الرئيسي، وتحويل "نفايات" الهواء إلى غاز آخر، هو أكسيد الكربون، الذي يخرج مع الزفير.

وهنا نجد من الأشياء الملحوظة بوضوح، ومن الأدلة على أن الحياة على ظهر البسيطة يعتمد بعضها على بعض –أنه في حين تستمر حياة الحيوان والإنسان باحتراق الأكسيجين وطرد أكسيد الكربون، فإن حياة النبات تستمر باحتراق أكسيد الكربون وطرد الأكسيجين. وعلى هذا النحو تتعاون حياة الحيوان مع حياة النبات، على حفظ التوازن في جونا، في سبيل الصالح المشترك.

وهذا درس آخر من دروس الطبيعة في التعاون وفي وحدة الحياة بأسرها، يستطيع أبناء الجنس البشري أن يحاولوا تعلمه في تنظيم شئونهم.

وعلى هذا النمط، نجد أن النظام المعقد في جهاز التنفس، بما فيه من الأنابيب والمعامل الكيمياوية، لا يستطيع أن يؤدي عمله على الوجه الأكمل حقا، إلا إذا كانت أجزاؤها جميعا في حالة جيدة، ومتعاونة في سبيل الصالح العام. ويجب أن نلاحظ أنها لابد لها من أن تتعاون، ليس فيما بينها وحسب، بل كذلك مع سائر أجزاء الجسم الأخرى جميعا، التي تحظى منها بخدمات جوهرية النفع. والرئتان في مأمن من خطر أية إصابة تأتيهما من الخارج. وذلك بفضل "قفص" الضلوع الذي يؤويهما، فضلا عن عظمة "القص"، والجزء العلوي من السلسلة الفقرية، وحزمة من العضلات متينة تفصل بين الصدر والبطن. ولكن هذا "القفص" كما تعلم، ليس هيكلاً صلباً، كما أننا لا نحتمل أن يكون كذلك.

فمن الواجب أن يكون مرناً مرونة المنفاخ و"الاكورديون" حتى يسمح بأن تتم عمليتا الشهيق والزفير. وإذا أنت فكرت في الأمر الآن، أدركت أن التنفس على وجه صحيح، يعتمد على حالة الصدر من حيث استحالة تسرب الهواء إليه. لأن

"المنفاخ" يتعطل عن العمل، إذا حدث به تمزيق.

وإذا كانت الرئتان تنتفخان عند الشهيق، فالسبب الوحيد في ذلك هو أن ضغط الهواء المندفع إليهما، أقوى من الضغط الموجود في الفراغ من حولهما.

فإذا أفرغت الرئتان، وسمح للهواء بدخول الصدر، بحيث يكون الضغط في خارج الرئتين، داخل تجويف الصدر، أقوى منه في داخلهما، فإنك لن تستطيع الشهيق مرة أخرى. ولقد استفاد الأطباء من إدراك هذه الحقيقة، في علاج المرضى بذات الرئة.

فالرئة اليسرى، أو اليمنى، كيفما كانت الحالة، تفرغ مما فيها من الهواء بجلب الهواء خلال جدران الصدر. ويواصل المريض التنفس، من طريق رئته الأخرى، بينما تستريح الرئة المصابة، حتى تتاح لعمليات الدفاع الطبيعية فرصة أفضل، للتغلب على العدو. وبعد ذلك قد تفرغ الرئة التي تم إصلاحها مرة أخرى، وذلك بالسماح تدريجياً للهواء الموجود في تجويف الصدر (في خارج الرئة) بأن يستوعب، وبهذا ينعكس الضغط.

وجهاز التنفس جهاز شديد التعقيد والحساسية حتى أنه إذا لم يحدث فيه خلل ما، كان ذلك مما يبعث على العجب، لاسيما في الأحوال التي تمخضت عنها حضارتنا في حياة المدن.

ولاشك في أن الجسم إذا كان في حالة جيدة، وإذا كنا نعيش عيشة صحية ونعتني بأنفسنا، فإنه يكون من السهل، إذا استطاع بعض الشوائب أن يتسلل إلى أجسامنا، التغلب عليه بنجاح.

ولدينا كذلك، في نطاق الجسم نفسه، وسائل مستمرة للملاءمة بيننا وبين مختلف الظروف والأحوال. وحين يتسرب بعض الذرات الضارة بالصحة، فإن الرئتين، مثلهما في ذلك مثل بقية أعضاء جسمنا، تعدان نفسيهما لمواجهة الموقف. وإذا لم يكن الخطر الذي يهددهما بالغ القوة، أو كانت صحتنا العامة متدهورة لسبب

ما، فإن الرئتين تكتسبان من قوة المقاومة ما يكفل صيانة صحتنا. وهذه هي النظرية التي بني عليها "التطعيم". وهي ترمي إلى أن تزويد الجسم بعدوى صغيرة، كفيل بأن يسبب تقوية وسائل دفاع الجسم، بحيث تتضاعف مقدرته على صد ذلك الخطر المعين الذي يهدده.

وهكذا يتضح لك أنه بينما نحن لا نكف عن ترويض أنفسنا لنتلاءم مع الظروف الجديدة في حياتنا الخاصة وفي أعمالنا، فكذلك تفعل الأجزاء الصغيرة التي نتكون منها.

وتستمر المعركة ضد المؤثرات الضارة على الدوام، فينا جميعا، وفي معظم الأحيان يكون النصر حليفنا بغير أن تعرف عقولنا شيئاً عن ذلك. على أن الحياة غير الصحية في الأحياء الحقيرة التي يملأ جوها الدخان، ولا يوجد فيها من النبات ما ينقي الهواء بمقادير جديدة من الأكسيجين، حيث لا يقوى المختزن في الجسم على مقاومة الجراثيم الضارة.. هذه الحياة تكون أقرب إلى التعرض لأمراض الجهاز التنفسي، خصوصاً أمراض الرئتين.

ومن واجبنا أن نجامل الرئتين كلما استطعنا إلى ذلك سبيلاً، وذلك عن طريق الرياضة والتنفس العميق في الهواء الطلق. وفي نفس الوقت، ينبغي أن نعاهد أنفسنا على بذل قصارى جهودنا لتهيئة مزيد من إمكانيات الحياة الصحية، لأولئك المحرومين منها إلى حد كبير، بسبب الطريقة التي يسير عليها مجتمعنا اليوم.

الفصل الثامن

الدورة الدموية

لعلكم تذكرون تحذيري لكم من الوقوع في خطأ الظن بأن الجسم والعقل شيئان منفصلان، لضرورة تناول كل منهما على حدة. وعلى هذا النحو تماماً، يجب ألا تغيب عن أعيننا حقيقة أخرى، هي أن أجهزة الجسم الستة الرئيسية، يعتمد كل منهما على الآخر، وعلى سلامة الجميع.

مثال ذلك أننا أشرنا في الفصل السابق إلى الطريقة التي تتبعها الأوعية الدموية الفرعية الصغيرة في جدران الخلايا الهوائية بالرئتين، في حمل الأكسيجين إلى مجرى الدم، وتنظيم طرد أكسيد الكربون.

وفي تلك المناسبة، لعلك تكون قد تساءلت: "أين يأتي عمل القلب في ذلك الأمر"؟ لأن القلب كما تعلم، يلعب دور مضخة رئيسية، يندفع منها الدم إلى سائر أنحاء الجسم، ويعود إليها.

والقلب في مثل حجم قبضة يدك وشكلها تقريباً. وهو يحتل مع الرئتين مركزاً حصيناً وراء الأضلاع، في الجانب الأيسر. ومع أننا نفكر فيه كعضو واحد، فإنه في حقيقة الأمر مكون من قسمين منفصلين، يؤدي كل منهما واجبه الخاص –وأن كانا بالتأكيد متصلين اتصالاً وثيقاً، وتربط كلا منهما بالآخر صلة القربى، من ناحيتي الطبيعة والعمل على السواء. وكل منهما بدوره منقسم قسمين، لتحقيق أغراض معينة.

والقسم الأيمن من القلب هو الجزء المختص بتوزيع الدم من طريق الرئتين. أما القسم الأيسر فهو الذي يتولى التوزيع في باقي أجزاء الجسم جميعا.

والطفل في الرحم، لا تكون له دورة دموية مستقلة عن دم أمه إلى أن يتقدم بها الحمل عدداً من الأشهر. وحتى ذلك الحين، يكون وجوده مرتبطاً بوجودها إلى أبعد حد.

وبعد ذلك تأتي اللحظة المثيرة للأم، حيث يتحرك الجنين، منتقلاً من مكان إلى آخر في داخلها، ويبدأ قلبه الصغير في النبض. ويكون لهذا النبض صوت مرتفع يمكن سماعه إذا التصقت الأذن ببطن الأم الحامل. وحتى بعد ذلك فإن الجنين ما دام موجوداً في الرحم، يظل يتلقى غذاءه من الأم من طريق الحبل الذي يصل بينه وبينها. وبعد أن يولد، ويقطع ذلك الحبل، يبدأ الطفل حياته المستقلة، وتصبح له دورة دموية خاصة به، فضلا عن الجهاز الهضمي، وقوة التنفس.

ومن الجائز جداً تشبيه ضربات القلب بدقات مضخة ضخمة، لأنه بالتأكيد عبارة عن مجرد مضخة. وقوة هذه المضخة ترسل الدم جديداً أحمر قانياً بما يحمل من أكسيجين الرئتين إلى الجانب الأيسر من القلب. وإذ يمر الدم من خلال شريان كبير، يستأنف سيره في قنوات متفرعة كل منها أضيق من سابقتها، حتى يبلغ أجزاء الجسم جميعا.

وسوف تتكون عندك فكرة عن كيفية وصول الدم إلى الأجزاء السحيقة، إذا أنت نظرت إلى خريطة من خرائط الريف. فخطوط السكك الحديد الكبرى تبدأ من المحطات الرئيسية الكبيرة، ثم تتفرع إلى حيث تنتهي إلى محطات نهائية أصغر، ثم تتفرع إلى أخرى أصغر وأصغر، إلى أن ينتهي بها الأمر بالوصول إلى المحطات الريفية الصغيرة السحيقة.

و"خريطة" مجرى الدم في جسدك تشبه هذا إلى حد بعيد. وعلى رغم طول الرحلة وتعقيدها، فإن دمك يجب أن يقطعها حتى يصل إلى المحطات الصغرى ثم يعود من حيث أتى. ومع هذا فهو يكمل رحلته في وقت لا يكاد يتجاوز دقيقة واحدة في كل مرة.

وحينما يندفع الدم خارجاً في طريق رحلته، يكون محملاً بالأكسيجين، كأنما هو قطار بضاعة، وهو يفرغ حمولته من الأكسيجين لكي تحترق وقود في "معامل" الخلايا، ثم يحمل شحنة جديدة من أكسيد الكربون الذي لفظته "المعامل"، بوصفه نفايات متخلفة مما أنتج نشاطها.

وفي هذه العملية يفقد الدم لونه الأحمر القاني. ويشوبه ظل من اللون الأزرق، ينطق بالتغيير الذي طرأ على طبيعة حمولته.

وبعد أن يتم الدم رحلة "الذهاب"، يبدأ رحلة "العودة" ماراً بأضيق القنوات، وكلما تقدم في سيرة تزايد اتساعها إلى أن يمر بالأوردة الرئيسية. وهو يصل إلى الجانب الأيمن، ويمر من خلاله، ثم "يحول" إلى طريق العودة إلى الرئتين، ليفرغ حمولته الثقيلة من أكسيد الكربون. فما تلبث أن يطردها "التنفس" فتخرج من الجسم. ثم يعاد شحن حمولة جديدة من الأكسجين جلبها "التنفس"، ثم يستأنف الدم رحلته من جديد.

وقد تظن أنه من المرهق أن الدم لا يستريح أبداً. إ يجري امتصاصه من الجانب الأيسر للقلب، ثم يطوف بنواحي الجسم كافة، ثم يعود ثانية إلى الجانب الأيمن. ويمر من خلال الرئتين، ثم يعود إلى الجانب الأيسر من القلب، ثم يبدأ رحلته من جديد، وهكذا!

والدم في حد ذاته مادة مركبة: نصفها سائل معظمه ماء، والنصف الآخر عبارة عن ملايين وملايين من الخلايا الصغيرة، يقال لها الكريات، تسبح في ذلك السائل، وكأنها قطع صغيرة من ثفل الليمون، تسبح في كأس من عصيره.

والكريات نوعان، وقد سبق أن أشرنا إلى الكريات البيضاء، وقلنا أنها بمثابة "قوة الدفاع" في الجسم، التي تسرع دائماً لمكافحة العدوى. أما الكريات الأخرى فهي حمراء. وهي على جانب كبير من الأهمية أيضاً. فهي بمثابة "سيارات النقل" التي تقوم بحمل الأكسيجين وأكسيد الكربون وتفريغهما، في حين يقوم "قطار بضاعة"

الدم برحلته الكاملة حول الجسم.

وكل خلية حمراء تعمل وتعيش شهراً واحداً على وجه التقريب. وبعد ذلك يدركها الإعياء وتصبح غير ذات فائدة، ومن ثم "تحول" إلى "الطحال". وهو عضو صغير مكانه وراء المعدة. وهناك، يظل أمرها مهملاً، بصفة مؤقتة. لأن مادة الكريات الحمراء المتقاعدة عن العمل، تختزن بقصد الاستخدام في حالة الطوارئ. وذلك على نحو ما يحدث في زمن الحرب، حيث يعاد استخدام سيارات النقل القديمة التي لا تزال فيها بقية من الصلاحية للعمل، كلما كثر المطلوب، وقل الموجود من سيارات النقل في البلاد. على أن ارتفاع "نسبة الوفيات" بين كريات الدم الحمراء، لا ينبغي أن يبعث على القلق، لأن النخاع الأحمر الموجود في عظامك يعمل بجد طول الوقت على ملء فراغها بغيرها. ويتم هذا في الواقع، بمعدل مليون في كل ثانية.

والكريات البيضاء أقل عدداً من الكريات الحمراء. بل إن نسبتها هي كرية بيضاء واحدة لكل خمسمائة كرية حمراء. على أن نسبة الوفيات بينها مرتفعة أيضاً. ولو أنها تختلف لمدى الحاجة إليها لمكافحة العدوى، في كل حالة بعينها، وكما هو الحال في الكريات الحمراء، فإنها تستبدل بغيرها على وجه السرعة، في الأحوال العادية.

بالإضافة إلى عمل الدم الحيوي في نقل الأكسيجين وأكسيد الكربون من جميع خلايا الجسم وإليها، فإنه يحتفظ أيضاً للجسم بحرارته الطبيعية في درجة ثابتة تقريباً.

ولعلك تدرك الآن سر الاهتمام الذي يثيره ارتفاع درجة حرارتك. فإن درجة حرارة الجسم إذا اختلفت عن الدرجة المألوفة اختلافاً ملحوظاً، كان معني ذلك أن شيئاً ما ليس على ما يرام.

وكمية الدم التي تجري في عروق الشخص العادي، تتراوح بين العشرة والاثنى

عشر "باينت"[1]. ويتم استحضار الكميات الجديدة منه كلما دعت إليها الحاجة بمزيد من السرعة والاقتدار. حتى أننا لا نتعرض لخطر حقيقي إلا إذا فقدنا نصف هذه الكمية. ولكن هذه هي علامة الخطر.

فإذا فقد مثل هذه الكمية الكبيرة بسبب نزيف داخلي أو خارجي، وجب تعويضها من مصدر خارجي. فعلى رغم مقدرة "المعامل" التي تصنع الدم في داخل أجسامنا، فإنها لا تستطيع مواجهة مهمة كبرى كهذه.

وفي كل عصور تاريخ الجنس البشري، بذلت المحاولات لتعويض الدم المفقود بطريقة نقل الدم. ولكن الطرق الكفيلة بتحقيق هذه الغاية، لم تكتشف حتى الحرب العالمية الأولى (١٩١٤– ١٩١٨) فقد أدخلت على هذه الطرق تحسينات مستمرة، حتى أننا اليوم قد أصبحنا ننظر إلى المتبرعين بدمائهم، وإلى "بنوك الدم"، وكأنها من الأمور العادية.

ونقل الدم من إنسان لآخر، لا يمكن أن يتم إلا إذا كانا من فصيلة واحدة. وقد ثبت في جميع أنحاء العالم أن الدماء أربع فصائل. والدماء التي تؤخذ بقصد الانتفاع بها على عمليات نقل الدم، يجب تبويبها على حسب فصائلها كي تستعمل في الحالات الملائمة.

وإعطاء دم شخص ما، لشخص آخر دمه ينتمي إلى فصيلة أخرى، نتيجته المحتومة أن دم هذا لن يمتزج بدم ذاك. ولا جدوى في مثل تلك الحالة من عملية نقل الدم. فإن أنواعاً معينة من الدم تمتزج بأخرى، ولكنها ترفض بإصرار أن تمتزج بغيرها. ولقد نشأت فكرة "بنك الدم" من طريق اكتشاف يدعو إلى بعض الدهشة. فقد تبين أن أهم ما يجب عمله، في حالة فقد كمية كبيرة من الدم، ليس تعويض الكريات الدموية، بل تعويض الجزء السائل من الدم في عروق المريض. فإذا زيدت كمية سائل الدم في العروق فإن "معامل" الكريات في جسم المريض تبادر فوراً إلى الاستجابة،

---

(1) رطل سائل– ١/٨ جالون.

فينهال إنتاجها.

ومن هنا جاءت الفكرة التي تقول بأن الكريات إذا استخلصت من الدم الذي يؤخذ ممن يتبرع به، فإن الجزء السائل يمكن تجفيفه عندئذ فيصبح في هيئة مسحوق، شديد الشبه بمسحوق اللبن الذي تحصل عليه معبأ في العلب الصفيح. لأن الدم العادي الذي لا يعالج بهذه الطريقة، يتجمد بسرعة فائقة، ويدركه العطب، ويصير عديم النفع، بل شراً من ذلك.

وفي أيام الحرب العالمية الثانية، أتبعت طريقة تجفيف السائل الدموي، ونقله إلى الأماكن البعيدة، على نطاق واسع، لإنقاذ أرواح الجنود من الخطر، في جبهات القتال المنعزلة.

كان السائل الدموي المجفف يخلط بالماء، ثم يحقن في عروق الجندي الذي فقد كمية كبيرة من الدم، وبهذا تتشجع "معامل" الكريات في جسمه على ضم السائل الجديد إلى إنتاجها الخاص، فلا يلبث "قطار البضاعة" أن يستأنف عمله من جديد، في وقت حاجة المريض الماسة إليه.

و"الأنيميا"، أي فقر الدم، حالة أخرى ربما كنت قد سمعت عنها. وفقر الدم فيها لا يكون مرجعه إلى حدوث إصابة ما، ولكن إلى ضعف "الجهاز" الذي ينتج كريات الدم الحمراء. وكذلك قد يكون السبب فيها هو عدم وجود المواد الضرورية التي لا يمكن أن تستغني عنها "معامل الدم". ويمكن سد هذا النقص بإعطاء المريض أطعمة أو أدوية غنية بالحديد وخلاصة الكبد.

فإذا اعترى الضعف "جهاز" صنع كريات الدم البيضاء، افتقد الجسم "قوة دفاعه" البيضاء. وفي هذه الحالة يصبح أبسط الجروح نذيراً بالخطر، لأن الدم المتدفق من الجرح لا يستطيع أن يجمد، ومن ثم يستمر النزيف إلى ما شاء الله! وهذه الحالة نادرة جداً، لحسن الحظ، ولكنها وراثية، لسوء حظ بعض العائلات.

وكذلك أحرز الطب العلاجي تقدماً في نواح أخرى من طريق استغلال معرفتنا

للدورة الدموية. فقد ظهر أن من الممكن مقاومة أمراض معينة، بحقن المصل "السيرم" والطعم "الفاكسين" في مجرى الدم. والمصل المستخرج من حيوانات أصيبت بمرض معين، يحتوي على "قوة دفاع" حاضرة، تم خلقها بدم تلك الحيوانات في أثناء مكافحتها للجراثيم المعتدية. فإذا حقن شخص ما بذلك المصل، فإن "قوة الدفاع" التي انتقلت إلى جسمه، تحتل مراكزها في منطقتها الجديد، لتساعد على هزيمة العدو.. وهكذا ترى معي أن نقل الغراس من مكان إلى مكان، لا يقتصر على الحدائق وحدها!

ومن ناحية أخرى، فإن "الطعم"، أو "الفاكسين" يحتوي فعلا على عدد قليل من الجراثيم التي يريد الشخص الحماية منها. فإذا هي دخلت مجرى الدم في جسمه، حفزت "قوة الدفاع" فيه إلى تعبئة قوية لصد هجومها. وهذه هي النظريات التي تقوم على أساسها عمليات التطعيم واللقاح.

و لولا معرفتنا بجهاز الدورة الدموية وأعماله وواجبات كريات الدم، لما كان في المستطاع بدء العمل على مكافحة أمراض فتاكة معينة.

فإذا أنت عرفت أنه منذ أقل من ثلاثة قرون من الزمن، كان نمش الجدري يشوه وجوه نصف الناس، أدركت مدى الخير العميم الذي تحقق بفضل هذه الطرق الطبية، في مكافحة مرض الجدري وحده، وأكثر أنواع النقص شيوعاً، فيما يتعرض له جهاز الدورة الدموية، هي أمراض القلب التي تصيب "الصمامات"، في التكوين الآلي "للمضخة".

هذه الصمامات وظيفتها التأكد من تدفق الدم باستمرار في الاتجاه الصحيح، سواء أكان هذا الاتجاه إلى اليمين أم إلى اليسار من القلب، فضلا عن التأكد من سلوكه الطريق الصحيح أيضاً في عودته، وستجد أن مثل هذا النظام قد اتبع في "الغلاية" البخارية، وتستطيع أن تتصور مدى الفوضى والاضطراب في الأعمال الدقيقة التي يؤديها هذا الجهاز، إذا وقع مثل تلك الكارثة.

على أنه إذا لم يكن هناك ضعف خلقي، فإن قلوبنا على أي حال، مثلها في ذلك مثل سائر أعضائنا، قادرة على احتمال الكثير من الإجهاد. ولا بأس بأن أضيف إلى ذلك قولي: قلوبنا المادية والمعنوية على السواء. ولكن.. كما هو الحال في كل شيء آخر، يجب أن نعامل قلوبنا باحترام، وأن كان من واجبنا أيضاً ألا نسرف في العناية بها، وألا نتعود تجاوز حد الاعتدال في شيء مما نفعل.

الفصل التاسع

الجهاز العصبي والمخ

في أيام حياتك المدرسية، ربما وجدت كثيراً من الاهتمام بموهبة المخ الكبير. و"كبر المخ"، من حيث كونه استعداداً طبيعياً لاستيعاب المعرفة، شيء نافع جداً– وإن كان يجلب متابعه الخاصة. فهو قد ينتهي بالإنسان إلى الغرور، وتعود النظر بعين الاستخفاف إلى الآخرين الذين يقلون عنه موهبة. وهذا من اليسير أن يتسبب لك في أن تكون شخصاً غير مرغوب فيه، ومن ناحية أخرى فإن نقص المخ، من وجهة النظر نفسها، يمكن أن يكون عجزاً ملحوظاً، ولو أنه على أي حال، يمكن أن يجلب معه بركاته، إذا نحن تعلمنا منه الحرص على تعود الاجتهاد. وهو عادة قد ينتهي بنا إلى أبعد مما ينتهي إليه أولئك الذين هم أكثر "حذقاً" منا.

وبصرف النظر عن كونك من هؤلاء أو من هؤلاء، ذوي "المخ الكبير" أو من دونهم. فمن الخير أن ندرك أن الفرق بين الفريقين أقل جداً مما قد تظن. ولا ينبغي أن يكون هذا سبباً لليأس من المستقبل، بل لعله أن يكون أدعى إلى بعث الأمل فيه والإيمان به، فهو يترك ميداناً عظيم الفسحة للمزيد من ارتقاء الجنس البشري، أمام الأجيال القادمة.

وكما تمر الضفدعة بأطوار نموها وارتقائها منذ البداية، فإننا لا نزال في سلوكنا مقيدين بالكثير من الانفعالات المنحدرة إلينا من أسلافنا "رجال الكهوف". ولن نستطيع أن نتبين مدى ما يمكن أن يتفتح عنه مستقبل الجنس البشري، حتى يمضي ذلك الجنس في سلم تطوره مبتعداً عن هؤلاء الأسلاف الأولين.

إذن.. فما هو المخ؟

إنه أداة ذكائنا، الوسيلة الآلية التي تدرك بها الإحساسات، وتفهم الحقائق. ومن حيث أن هذه هي وظيفته، فإنه يشبه مخ بعض المخلوقات الدنيا، وأن كان يمتاز عنه بشيء واحد، هو أنه أوسع مجالاً. ووصوله إلى أبعد مما يصل إليه مخ تلك المخلوقات الدنيا، مصدره المقدرة على إدراك الأفكار المجردة. ولقد سبق الجنس البشري صور الحياة الباكرة، بارتقاء مخه. ومعنى هذا أن الخلايا الخاصة التي يتكون منها مخ الإنسان، هي أكثر تنوعاً، وأنها أخذت على عاتقها أن تؤدي من أعمال التخصص ما يزيد عما في صور الحياة الأخرى. وبينما تكون الخلايا "الوالدة" التي تبدأ في "صنع" الجنين الذي لم يولد بعد، تتجزأ، وتوزع فيما بينها مختلفة أنواع الأعمال التي لابد من أدائها في الجسم، فإن بعض الخلايا الحديثة الصنع في منطقة أعلى العمود الفقري، تبدأ في التطور بحيث تصبح فيما بعد، مخ الكائن الجديد.

وفي أثناء نمو هذه المجموعات من الخلايا، تقتسم فيما بينها فيما بينها أعمالاً مختلفة من جديد. فبعضها ينصرف إلى تكوين ذلك الجزء من المخ، الخاص بعمل الجسم، بينما ينصرف بعضها الآخر إلى تكوين الجزء الآخر الذي يعنيه، بصفة خاصة، حفظ التوازن في حالة المشي، والقيام بحركات معقدة معينة، كالرقص.

وفوق هذا فهناك أيضاً خلايا غير هذه وتلك، تعمل على تكوين ذلك الجزء من المخ، الخاص بالتفكير في "غير الذات"، فضلا عن الخلايا التي تعمل على تكوين "الذاكرة". وهنالك أقسام أخرى تسجل فيها انفعالاتنا العاطفية. وزيادة على كل ذلك، يوجد قسم وثيق الصلة بالشخصية، حتى أنه لو أصيب، لنتج عن إصابته تغير في طبيعة الشخص بأسرها.

والشكل الحقيقي للمخ، في داخل الوقاء العظمى المتين الذي يحميه، الذي يقال له "الجمجمة"، يشبه جوزة "عين الجمل" غير المقشورة. وهو يشبهها أيضاً من حيث انقسامه إلى نصفين متصلين، وله مثل ما لها من السطح المجعد، وهذا التجعد، كتجعد الرئتين، له امتياز المقدرة على ضغط السطح المتسع في فراغ صغير. والمعتقد

أن مادة هذا السطح، يكمن فيها شرح السبب في أن بعض الأذهان أكثر حدة من بعض. والمادة التي يتكون منها المخ هي ملايين الخلايا الخاصة، التي يقوم كل منها بأداء وظيفة مستقلة، والتي بلغ من تقدمها أنها أصبحت قادرة على الاضطلاع بأعمالها المعينة.

وسنرى في الفصل القادم كيف أن هذا "الدولاب" الذي بوساطته نتصرف على أوجه معينة، دون تفكير مقصود، يحمل في طياته بعض المخاطر. وهو نظام بالغ الروعة فيما يختص بأنه يمكننا من مواصلة معيشتنا اليومية –كالتنفس والهضم وما إليهما– بغير اكتراث. على أننا إذا تركنا أنفسنا نميل مع غرائزنا الفطرية في أمور أهم، فإننا نتعرض للوقوع في الخطأ، ونرتكب أغلاطاً جسمية.

وينبغي ألا تنسى أبداً، أنه في باكورة تطور الجنس البشري، حدث أن الرجوع، والخوف، والحاجة الجنسية، قد اكتسبت قوة العوامل الكبرى. حتى أن رجل الفطرة كان يقدم على ارتكاب القتل، ليتخلص من إلحاح أي حافز من تلك الحوافز الثلاثة.

وقد تعلمنا أن نتجنب القتل. وكذلك يجب أن نعني في كل يوم، بأن ندرس مدى ما يعتمل في أنفسنا من الكراهية، وإيثار النفس، وغيرها من العوامل التي دمرها إلى تلك المشاعر الهمجية.

وحتى يتعلم الجنس البشري السيطرة على تلك الانفعالات المتأصلة التي تحدث بغير قصد منه، من طريق نموه وارتقائه بصفة حقيقية.. لن يتاح لنا السلام في العالم، ولا الحياة في انسجام مع بعضنا البعض. ولماذا ننتظر إلى أن تنقرض هذه الانفعالات بحكم التطور؟ في حين أن كل واحد منا إذا تنبه واتخذ حيطته ضدها، لأصبح في وسعه أن يساعد ركب التقدم في سيره. على أننا سنتناول هذا بالتفصيل فيما بعد.

وفي نفس الوقت، فلنفكر في ذلك الجزء من المخ، الذي يقوم بتنظيم انفعالاتنا الأقرب إلى الفطرة، باعتبار أنه مركز تحويلات تليفون أوتوماتيكي. إن آلافا من الأعصاب تتصل به من كافة أجزاء الجسم، حيث تقوم بحمل الرسائل من المخ وإليه.

ولنفرض أنك تريد القيام بعمل من أعمالك اليومية. ولن نضرب لهذا مثلا من التنفس أو الهضم –لأن القسم الخاص بهما الآن يقوم بعمل هذه الأشياء لنا بصورة آلية تماما– وأن كانت الطريقة واحدة، دون أن ننتبه إلى ذلك.

وفي المخ، توجد خلايا خاصة طال عهدها بالتأثر من طريق التعليم والاعتياد، بترجمة مراكز عقارب الساعة إلى تعابير عن "الوقت". وهذه الرسالة بعد أن تصل إلى القسم الخاص بالتفكير من المخ، تجعلك تدرك أن العمل إذا كنت تنوى أداءه، فمن الخير أن تبدأ فيه.

وبأسرع مما تستطيع التفكير فيه، يبعث المخ برسالة إلى ساقيك وقدميك قائلاً أنه لما كان عليك أن تنهض، فيجب أن تبدأ ساقاك وقدماك بالحركة. والأعصاب التي تتلقى هذه الرسالة –أو الإشارة– لا تلبث أن تعمل، فترتفع بك من مقعدك.

ومن ثم تنهض من جلستك واقفاً. وبهذه الحركة يقوم القسم من المخ الذي هو مختص بحفظ التوازن، بإرسال إشارات –لا إرادة لك فيها عادة، لأن المشي باعتدال قد أصبح الآن من أقدم عادات الجنس البشري– إلى الأعصاب في جميع أجزاء الجسم، فما تلبث هذه الأعصاب أن تتجمع إطاعة للأمر، لتقاوم قوة الجاذبية الأرضية، ولولا هذا لهويت إلى الأرض.

وأنت تعلم أنك تحتاج إلى كتب ومداد وأوراق. وهنا ترسل الإشارات إلى عينيك وعنقك، فتدور بعنقك باحثاً بعينيك في أنحاء الغرفة. وترسل العينان بصورة الغرفة إلى المخ. وينتقل الخبر من جزء إلى آخر من أجزاء المخ، بأن الأشياء التي تتطلبها موجودة على منضدة صغيرة في ركن الغرفة.

وتصدر الإشارات مرة أخرى إلى الساقين والقدمين وإشارات التوازن أيضاً. فتمشي أنت عبر الغرفة. ولكن نشرح كيف أن جميع "الإشارات" ليس مصدرها المخ، نفرض أنك أثناء عبورك الغرفة، عثرت قدمك بشيء ملقى على الأرض، فإن الأعصاب الحساسة الموجودة في قدمك، إذ تشعر بالصدمة، وربما الألم، ترسل هذه

الإشارة إلى الجسم، حتى تتنبه إلى وجود تلك العقبة التي اعترضت طريقك، ولو لم تكن قد استعملت عينيك في رؤيتها. إشارات إلى أعصاب الظهر، والذراعين، واليدين، عندما تنحني لالتقاط الأشياء التي تحتاج إليها.. وإشارات أخرى إلى الساقين والقدمين عندما تمشي نحو منضدة الكتابة، وإلى العجز، عندما تجلس. وإلى اليدين والذراعين، حين تفتح الكتب، وتتناول القلم، وتبدأ في الكتابة.

وأنت حتى الآن، قد كلفت بالعمل تلك الأجزاء من المخ، المختصة بوظائف الجسم، وبالحركة. والآن، قد يكون عليك أن تستخدم الثالثة، المتصلة بالفكرة المجردة. أن الرياضيات، والآداب، والجغرافيا، والتاريخ، جميعها قد يتجه نحو ذلك الجزء من مخك.

هل رأيت مرة "واحدا" من لا شيء؟ هل رأيت "طيبا" أو رأيت "رديئاً"، مثلا؟.. هذه أشياء مجردة، تقابلها الأشياء الملموسة، المادية.

وفي خلال عملك المنزلي، يطالب الجزء الخاص بهذه الأشياء –من مخك– بأن يقوم بعمله.

وفي ارتقاء هذا الجزء من المخ –بصفة خاصة– سبقت الإنسانية ما عداها من أنواع الحياة الأخرى.

ولقد رأينا كيف أن أفعالا معينة قد أصبحت عادات متأصلة في بني جنسنا. وفي استطاعة كل منا أيضاً أن يضيف إلينا عادات معينة خاصة بنا.

وقبل كل شيء، فعلى الرغم من أن تاريخ الإنسان كمخلوق يمشي على قدمين، يساعدنا على أن نمشي كذلك، فإننا كأطفال يجب أن نتعلم المشي منتصبي القامة على قدمين. وبهذا نرقي من طريق التدريب خلايا المخ المقصودة بهذا، في ذلك العمل بالذات.

ونحن نتعلم أشياء أخرى كثيرة أيضاً.

لنفرض مثلا أنك تتعلم الكتابة على الكمبيوتر. ففي بادئ الأمر، تظل تتعثر أصابعك بين "مفاتيح" أحرف الهجاء، ويخيل إليك أنك لن تتقن استعمال تلك الآلة اللعينة!

ومع هذا، فبمرور الزمن، وبفضل المثابرة والإخلاص في محاولة حفظ "لوحة المفاتيح"، سيصبح استعمال لوحة المفاتيح بالنسبة إليك مجرد مسألة آلية، بحيث تستطيع استعمالها على وجه السرعة دون تردد. وبهذا تكون قد "طعمت" العادات المولودة فيك، بعادة جديدة. وبهذا تكون ناقلات الإشارات بين يديك ومخك من طريق الجهاز العصبي، قد حذقت أعظم الحذق ذلك العمل الجديد الذي خصصتها له ودربتها عليه.

والعادة المكتسبة من هذا النوع، كاستعمال لوحة المفاتيح، لا يمكن أن تنتقل بالوراثة. ولعلك تذكر جدل العلماء حول "الزرافة" وعنقها الطويل! وأنا أتساءل فيما بيني وبين نفسي: إذا كان استعمال الآلة الكاتبة مسألة حياة أو موت بالنسبة لجنسنا البشري، فهل كان يصبح بعد تعاقب أجيال، وراثياً؟ أم لا!

والآن، يوجد نوعان من الأعصاب، التي هي "ناقلات الإشارات" في أجسامنا.

فهناك مجموعة تحمل الأوامر من المخ، فيما يتصل بالحواس الخاصة، كالبصر والسمع والحس، وما إليها. وهذه تعمل أيضاً على تنفيذ "الرغبات" المقصودة، وهذا النوع من العصب يتصل أيضاً بالنخاع الشوكي (الذي تحميه السلسلة الفقرية) لأن أعماله الآلية تتم دون انتباهنا. ولهذا السبب يمكنك أن تعتبر أن المخ والنخاع الشوكي شريكان وثيقا الصلة في نفس العمل.

أما المجموعة الأخرى من الأعصاب فهي تحمل الأوامر للتنفيذ، إلى الجهة المقصودة بها من الجسم.

وإذا نحن واصلنا المقارنة بين المخ ومركز تحويلات التليفون الأوتوماتيكي، بدا لنا أن النوع الأول من العصب هو الخط الرئيسي، الذي يستعمل في مكالمات

المسافات الطويلة (الترنك)، والثاني هو الخط الأصغر، الذي يستعمل في المكالمات التليفونية المحلية.

وعلى هذا فإن "خريطة" جهازنا العصبي، تشبه على حد كبير "خريطة" قطار "البضاعة" في الدم. وينبغي ألا تنسى إلى أي حد يجب أن يكون الارتباط بينهما. لأن مجرى الدم هو الذي يحمل إلى أجزاء الجهاز العصبي كافة، وقودها من الأكسيجين الضروري لتواصل عملها.

وكل عمل تقوم به، مهما بلغ من أمر بساطته أو تعقيده، إنما هو نتيجة تعاون سريع كالبرق، بين عمال شبكة التليفون -الخلايا الخاصة التي تتألف منها الأعصاب وصلتها بأعصاب المخ، وخلايا النخاع، وخلايا العضلات في أجزاء الجسم كافة.

أما المسألة الشاملة الخاصة بالشخصية، ولا أعني بها مجرد الفرق بين مخي ومخك وحسب، بل الفرق "بيني" و"بينك".. هذه المسألة سوف نتناولها في فصل قادم.

وهناك أشياء كثيرة لا نزال نجهلها عن المخ، ومن بينها طبيعة ومدى العلاقة بين "المخ" و"العقل"، أو "الشخصية"، أو "النمط". ومن العلماء من يذهب إلى القول بأننا لسنا أكثر من آلة شديدة التعقيد في المخ، تعمل في تعاون مع آلة الجسم التي تتساوى معها من حيث التعقيد.

ويزعم هؤلاء إنك إذا عرفت القدر الكافي عن وراثة شخص ما، وعن طبيعته الأصلية، وتجاربه الماضية، فإنه يكون من المستطاع التكهن بما يصدر عنه من رد الفعل، إزاء أي موقف يواجهه.

على أن الإنسان كان ولا يزال دائماً يحس "نفسه" باعتبار أنه أكثر من مجرد "زر" إذا ضغط استجاب للضغط بطريقة معينة. ومن المحقق أن الكثيرين من غير العاديين من الناس قد تغلبوا على أوجه نقص جسمانية وعقلية، على نحو قد يدل على أنهم قد يكونون أكثر من مثل ذلك "الزر".

ولنوافق، بصورة مؤقتة على أي حال، على أن تحت تصرفنا آلة دقيقة إلى أبعد حد من التفكير والإحساس، والذاكرة والتوقع.

وأعاجيب عملها هي معجزة كل يوم.

ومن الناحية الأخرى، دعنا نضع نصب أعيننا تلك الحقيقة.. فإنه بين الرجل والرجل، وبين الرجل والمرأة، لا يوجد سوى القليل الذي يمكن اختياره فيما يعني طبيعة "الامخاخ"، ولا نحن تقدمنا تقدماً بعيد المدى، بعد أن تجاوزنا عالم "النسانيس"!

وهذا التفكير ينبغي أن يحملنا شخصياً على التواضع، وعلى الأمل أيضاً! فلا يزال أمامنا ميدان مدهش مفتوح، للتطور. وأكثر من هذا أنه، للمرة الأولى في تاريخ الحياة، يجد أحد المخلوقات نفسه وقد منح القدرة على التفكير في التقدم في تطوره.

ولم تكن مخلوقات أخرى بالقادرة على أن تتطلع إلى الإمام حتى إلى مثل المسافة القصيرة التي نستطيعها نحن. ففي وسعنا إذا شئنا أن نساعد في طريق التطور من نواح كثيرة، أهمها أن نقوم بمحاولات إيجابية، ترمى إلى أن تنقرض في أنفسنا الغرائز الهمجية التي كانت فيما مضى من ضرورات البقاء، ثم أصبحت الآن، من بعض النواحي، تهديداً فعلياً.

فهل يختار الجنس البشري أعلى المسالك، بدلاً من أن يجر على نفسه الخراب بسبب الأنانية؟

هذا يتوقف عليك إلى حد كبير.. وأنت تعلم!

الفصل العاشر

الجهاز الغددي

لا يمكننا أن نبحث العقل والجسم كلا على حدة ، لأن لكل منهما على الآخر تأثيراً قوياً كثيراً ما يحدث. وليس هذا مما يبعث على الدهشة، لأن المخ، وهو أداة العقل، هو في الواقع جزء من الجسم. وهو مكون من خلايا مادية، ويقوم مجرى الدم بتغذيته، وله خدم ورسل، هم عبارة عن الخلايا المتصلة حتى بأكثر الأعضاء بعداً.

وفضلا عن هذا، فهناك مجموعة خاصة من الأعضاء موزعة على جميع أجزاء الجسم، يبدو أنها تقوم بدور الوسيط بين الجسم والعقل. وهذه يقال لها "الغدد الصماء". وهي تقوم بدور حيوي الأهمية من الناحيتين الجسمانية والعقلية.

وهناك نوعان رئيسيان من الغدد. وأحد هذين النوعين يشمل غدد العرق التي سبقت الإشارة إليها في فصل سابق. وعملها يقترن بأهمية لاشك فيها. ولكنها لا تبلغ درجة أهمية الغدد الصماء، أي التي لا مجاري فيها، وهي الغدد الخاصة التي أنا بصدد الحديث عنها.

توجد ثغرات كثيرة في معلوماتنا عن عمل أجسامنا وعقولنا على السواء. ولهذا يوجد مجال فسيح للمكتشفات الجديدة. ومن أكبر تلك الثغرات، فهمنا للغدد الصماء. فنحن نستطيع أن نقول أنها تفعل كذا، وتفعل كيت، لأن التجربة قد كشفت عما عساه يحدث، إذا توقفت هذه الغدة أو تلك عن أداء عملها على الوجه الكامل. ولكننا لا نعلم ، لماذا، ولا كيف، يتم هذا العمل.

والغدد، مثل خلايا الجسم، عبارة عن "معامل" كيماوية شديدة التعقيد، عظيمة الأهمية. وهي تصنع عصارات خاصة معينة، على نحو ما تفعل المعدة والأمعاء. وبدلاً

من أن تفرغ إنتاجها في أي عضو خاص، كما تفعل المعدة، أو تفرغه في الجلد، كما تفعل غدد العرق، فإن هذه الغدد الصماء ترسل عصاراتها مباشرة إلى مجرى الدم، ليحملها إلى جميع أجزاء الجسم.

والتعاون فيما بين هذه الغدد على أعظم جانب من الأهمية. فمع أن أماكنها مختلفة تمام الاختلاف، إلا أن بعضهما يؤثر في عمل بعض، من طريق مجرى الدم، على ما يبدو، لأنه يصل ما بينها جميعا ، ولهذه الغدد رئيسة هي أكثرها أهمية، كما أنها تحرص على الانسجام بينها في العمل. وهذه هي الغدة "النخامية"، وهي ترقد في قاع المخ، وتتصل مباشرة بذلك الجزء الذي يسود الاعتقاد بأنه يؤثر على عواطفنا. ومع صغر حجمها، حيث لا يتجاوز عرضها نصف البوصة، فهي ذات أهمية حيوية، حتى أنه إذا أزيلت، نتج عن ذلك توقف الغدد الصماء الأخرى عن العمل. والغدة النخامية مكونة من جزأين.

الأول: يتحكم في نمو هيكلنا العظمي. فإذا زاد نشاطه، صار الشخص عملاقاً، وإذا كان مكسالاً، جاء الشخص قزما. وقد يتأثر النمو العقلي أيضاً، في أي من هاتين الحالتين.

على أن العمل الذي يؤديه الجزء الثاني من هذه الغدة، ليس مفهوماً إلى مثل هذه الدرجة. ولكن المعتقد أن عمله ذو صلة وثيقة بالجهازين الهضمي والتناسلي فيما يعني النمو وانتظام العمل.

وهكذا فإنه سيتضح لنا أن الأحوال العقلية والجسمانية تعتمد إلى حد بعيد جداً على قيام هذه الغدة بعملها على الوجه الطبيعي.

أما الغدة الدرقية، وهي مكونة من جزأين أيضاً، فتقع تحت قاعدة العنق، من الجهة الأمامية. وإذا نشطت هذه الغدة في أداء عملها نشاطا غير عادي فقد تسبب مرض الجسم، كما تؤثر في طبيعة الشخص، فتنجم عنها سرعة الانفعال، وتؤثر في الأعصاب، مما قد يفرض إرهاقاً شديداً على الأعضاء الحيوية في الجسم. ومن جهة

أخرى فإن هذه الغدة إذا أدركها الكسل، وقد تتسبب في أن يصير الطفل قزماً، أو ساذج العقل، أو أن يصير الشخص البالغ الحلم، مكسالاً مترهل البدن.

ولعل من الأهمية بمكان أن نلاحظ أن عمل هذه الغدد، ومعه، بالتأكيد، مسألة العمل المشترك بين الجسم والعقل، سلاح ذو حدين. فالشخص الذي يزيد نشاط غدته الدرقية عما ينبغي، يصبح متوتر الأعصاب. في حين أن الذي قاسى إرهاق فظيع، قد يصاب ببعض العطب في الغدة الدرقية. ونحن في مثل هذه الحالات لا نعلم آيتهما أصل الأخرى: البيضة أم الدجاجة؟

ومهما يكن من شيء فهناك تفسير محتمل، حينما نفكر في أمر الغدد "الكظرية" وهي كذلك غدد مزدوجة التكوين توجد فوق الكليتين. ويقوم واحد من جزأيها بصنع سائل يسمى "أدرينالين". وهو حين يتدفق إلى مجرى الدم يؤثر في الحالتين الجسمانية والعقلية تأثيراً طيباً. فحينما يعترينا الخوف أو الغضب لسبب ما، يزداد تدفق "الأدرينالين" فما نلبث أن نستعيد هدوءنا، ويستعد لمواجهة الطوارئ، في الجسم والعقل على السواء. وضغط الدم يتأثر. وقد يندفع الدم إلى الدماغ في حالة الغضب، أو يندفع خارجاً منه في حالة الخوف. كما أن غدد العرق تتأثر، فيتصبب العرق، كما أن نبضات القلب قد تسرع أكثر من المعتاد، لمواجهة الطارئ.

وهنا قد نجد دليلاً على نتائج تعرض الجهازين العصبي والهضمي للحالات العقلية التي منها القلق.

فالقلق الدائم قد يسفر عن الزيادة في إنتاج سائل "الأدرينالين". وتدفقه المسرف إلى مجرى الدم، بالإضافة إلى التوتر العصبي، قد يؤثر على الأعضاء الحساسة في الجهاز الهضمي، فيتسبب في مرض المعدة.

والجزء الثاني من الغدة "الكظرية" يفوق الجزء الأول من حيث الأهمية الحيوية. لأنه يسيطر على استخدام وتصريف الماء في الجسم، وهو على صلة وثيقة بعمل الغدد التناسلية.

والغدد التناسلية نفسها، أو غدد الجنس، تختلف في مراكزها، وطبيعتها، وعملها، تبعا لوجودها في رجل أو امرأة. وفي الجنسين جميعا، تنتج هذه الغدد نوعين مختلفين من المنتجات: العصارات الخاصة، المماثلة للعصارات التي تنتجها الغدد الصماء الأخرى، وهي تمر إلى مجرى الدم مباشرة، والبيضة الأنثى، أو البيضة الذكر، ويجب أن يتحدا حتى يتم خلق كائن جديد.

وسنعرض لهذه الخلايا بالتفصيل في الفصل القادم، في موضعها من الجهاز التناسلي.

ولعلك تذكر أننا في دراستنا للجهاز الهضمي، عرفنا أن "البنكرياس" واحد من "المعامل" التي تنتج العصارات الهاضمة. على أن للبنكرياس بعض الحق في أن نعتبره من بين الغدد الخاصة، بالنظر إلى أنه يؤدي عملاً إضافياً يماثل ما يؤديه سائر الغدد الصماء. فهو ينتج سائلاً اسمه "الأنسولين"، وهذا السائل يتولى عملية استهلاك المادة السكرية في مجرى الدم، فإذا هو قصر في أداء هذا العمل على الوجه المرضى، نتجت عن ذلك الإصابة بالمرض المعروف باسم "مرض السكر".

وهناك ثلاث غدد أخرى صماء: الغدة "المجاورة للدرقية"، وهي غدة ذات جزأين أيضاً، والغدة "الصنوبرية"، والغدة "التيموسية".

والغدة "المجاورة للدرقية"، كما يوحي اسمها، مجاورة تماماً للغدة الدرقية، وهي تساعد في عمل مجرى الدم، والجهاز العصبي المركزي.

وتبرز الغدة الصنوبرية من مؤخرة المخ. والمعتقد أن فائدتها هي منع النمو الجنسي من الإسراع أكثر مما ينبغي له، لأنه يكون من السخف بمكان أن تعطي الموهبة الجنسية لطفل صغير غير لائق لاستعمالها مطلقاً. بل الواقع أن الكثيرين ممن بلغوا الحلم ليسوا باللائقين لاستعمالها. وهذا أمر بالغ الأهمية إلى درجة أنني سأتحدث عنه بمزيد من التفصيل فيما بعد.

والغدة "التيموسية"، التي توجد وراء الجزء الأعلى من عظمة الصدر، تنمو

جيداً في الطفل ثم تأخذ في الانكماش تدريجياً، إلى أن تختفي تقريباً في سن الرابعة عشرة أو نحوها. والمعتقد أن لها من الواجبات مثل ما للغدة الصنوبرية، ولو أننا لا زلنا نجهل الغرض من وجودها على وجه التحقيق.

ومن حسن الحظ أننا أصبحنا الآن نعرف ما يكفي، من أجل الأطفال الذين لولا هذه المعرفة لنشئوا وترعرعوا مشوهين أو بلهاء، بحيث يعالجون بأدوية مجهزة بصفة خاصة تعوضهم عن نقص النشاط في تلك البالغة الأهمية. وفي بعض الحالات نستطيع أيضاً أن نعبد الصحة الجيدة، بالجراحة أو العقاقير، إلى أشخاص بالعين اختل فيهم عمل الغدد لسبب ما.

ولكن لا يزال هناك ميدان فسيح جداً، مفتوح أمام البحث والاستكشاف. والواقع أن العلماء الذين يستكشفون في هذا الميدان، هم رواد مغامرون لا يقل شأنهم في ذلك عن شأن أولئك الرجال الذين أبحروا في الماضي على ظهور السفن الصغيرة، لاستكشاف البلاد المجهولة. بل قد يزيدون عليهم، لأن مكتشفاتهم يمكن أن تمنح الجنس البشري فوائد تبقى مع الزمن.

وهذا هو نوع المغامرة الذي يمكن أن يستحق التفكير في المساهمة فيه، إذا كان اهتمامك واستعدادك أميل إلى ذلك الاتجاه.

الفصل الحادي عشر

الجهاز التناسلي

لست على يقين من النقطة التي ينبغي أن أبدأ منها الحديث عن الجهاز التناسلي. ولعل الطريقة العملية المثلى، هي أن أبدأ بوصف الأعضاء نفسها، كما توجد عند الذكر وعند الأنثى، ثم استطرد بعد ذلك إلى طريقة عملها.

و قد يكون من الخير أن نمر بالحقائق التي لنا بها معرفة سابقة: فالميلاد الجديد لا يمكن أن يحدث، إلا من طريق الاتحاد بين بذرة الذكر والأنثى. والبذرة المشتركة تتغذى في جسم الأم، في خلال نموها وتطورها إلى جنين تمت خلقته إلى الدرجة الكافية لأن يخرج إلى الدنيا وليدا ،وهذه العملية تستغرق تسعة أشهر، وعندما يصير الجنين على أهبة الاستعداد، يطرد من جسم أمه ليحيا حياته المستقلة.

وأعضاء التناسل عند الرجل، أبسط من مثيلاتها عند المرأة، لأن الرجل لا يتعين عليه أن يتأهب لتلك الأشهر التسعة التي هي فترة نمو الجنين، ولا لإرضاعه من الثدي بعد ذلك.

ومن وجهة النظر الجسمانية البحت، نجد أن الدور الذي يقوم به الرجل أبسط كثيراً، ويتلخص في صنع البذرة الذكر، وإدخالها في جسم المرأة، حيث تقابل البذرة الأنثى.

ولهذا الغرض، زود الرجل بالغدتين المزدوجتين اللتين يقال لهما "الخصيتان"، وهما تتدليان تحت البطن، في غلاف واق من الجلد. ومن هذا الغلاف ينبت "القضيب"، الذي يشبه الأنبوبة، ويتصل بالخصيتين داخل غلافهما من طريق ممرات تنحدر خلالها البذرة الذكر.

والخصيتان هما مصنعاً الغدد اللذان ينتجان نوعين من الإنتاج: أحداهما يتجه رأساً إلى مجرى الدم في الرجل، على نحو ما تفعل العصارات التي تنتجها الغدد الصماء الأخرى. بينما النوع الثاني هو البذرة الذكر، أو "السبيرم".

وللقضيب أيضاً وظيفتان: فهو الوسيلة التي تصل البذرة "الذكر" إلى جسم المرأة. كما أنه من طريق مسالك متصلة بالمثانة في الجزء الأسفل من البطن، يؤدي وظيفة فتحة تخرج منها "النفايات" السائلة من الجسم. والغدتان اللتان تقابلان خصيتي الرجل في جسم المرأة، هما المبيضان. وهما على أي حال مخبئتان في داخل جسمها. وليسا متجاورين تماما كالخصيتين، بل يرقدان متباعدين بعض الشيء، على كل من جانبي الرحم، في أسفل البطن.

ومن المبيضين تمتد أنبوبتان إلى الرحم. وهو السرير الخاص الذي ينمو فيه الجنين قبل ولادته. والفتحة الوحيدة في الرحم، المتصلة بخارج الجسم، هي فمه، الذي يشرف على معبر بين الفخذين، يقال له "المهبل".

وهذا المعبر الذي ينفذ من الرحم إلى خارج الجسد، تتولى حمايته "طيتان" من الجلد، يقال لهما "الشفران". وهنا أيضاً مخرج أنبوبة خاصة ممتدة من المثانة، تنصرف منها "النفايات السائلة".

ويخيل لي أن هذا النظام –أعني ذلك التجاور بين أجهزة التناسل وأجهزة طرد النفايات– هو السبب في الخجل الزائف من الأجهزة السفلى من أجسامنا. وعلى نحو ما سنرى فيما بعد، كثيراً ما تراودنا الأفكار السخيفة في طفولتنا، وإذا ما رسخت فكرة سخيفة في أذهاننا رسوخاً متيناً، أصبح التخلص منها من أشق الأمور.

وإحدى هذه الأفكار السخيفة، التي يشترك فيها معظمنا، أن هناك شيئاً مخجلاً في مجرد ذهابنا إلى دورة المياه. ولاشك في أن هذا محض هراء، لأن أجسامنا لا تلبث أن تصبح قذرة من الداخل، وتتوقف عن العمل على الوجه الصحيح، إذا لم نفعل ذلك.

ولكني اعتقد أن نصف الخجل الزائف الذي نشعر به إزاء الجنس، منشؤه أن للأعضاء التناسلية المنظورة عملاً مزدوجاً. وعلى هذا اقترن الجنس بالقذارة في أذهان جهلاء الناس.

ومن الأشياء الطبيعية النافعة للنشء الحديث، أن يستبد بهم الفضول بشأن الطريقة التي بها يتم صنع الرجال والنساء. كما أن من الضار عدم إرضاء ذلك الفضول، لأنه يسفر عن الشعور بأن هناك شيئاً من الخطأ أو البشاعة فيما يعني أعضاءنا التناسلية. وهذا بدوره قد يتسبب في الشعور بالذنب أو الخجل، فيما يقترن بجهازنا التناسلي.

وقضيب الذكر، المكتمل النمو، طوله بضع بوصات، وهو عادة يتدلى متراخياً تمام التراخي أمام الخصيتين. على أن له المقدرة على الانتصاب بحيث يستطيع اقتحام جسم الأنثى بغير صعوبة. وهذا يحدث نتيجة لتدفق الدم إلى القضيب. وعندما يحدث هذا، يزداد طول القضيب، لتصل البذور الذكر إلى أبعد ما يمكن أن تصل إليه من جسم الأنثى.

وطول "معبر" الأنثى يتراوح بين الثلاث والأربع بوصات. وجداره الداخلي ليس منبسطاً، بل فيه طيات من الجلد والأعصاب تمكنه من أن يسع إلى درجة تسمح للجنين بالخروج في أمان، بالنسبة للطفل وأمه على السواء. وفم الرحم، أو عنقه، ممر على شكل مخروط طوله بوصة واحدة على وجه التقريب، في حين أن الرحم نفسه على شكل الكمثرى، وهو مختبئ تماماً، ما عدا فتحته الوحيدة، والأنبوبتين المتصلتين بالمبيضين، وطوله بوصتان ونصف البوصة على وجه التقريب.

والآن، فلنعد إلى العمل الذي تقوم به هذه الأعضاء. وأنت تذكر أن خصيتي الذكر تنتجان شيئين: النتاج الخاص الذي يمر إلى مجرى دم الرجل، والبذرة (السبيرم) التي تختزن عادة في الخصيتين حتى تودع في جسم الأنثى– وبعد ذلك ترد عليه إمداد جديدة من البذور.

وصنع هذه المنتجات بالتأكيد، ينتمي إلى نوع النشاط الذي لا يسيطر عليه المخ الواعي.

والإنتاج الخاص، حين يحمله مجرى الدم إلى جميع نواحي جسم الرجل، يتسبب في ظهور الدلائل المعتادة التي يعرف بها جسم الذكر، كظهور الشعر على البطن والصدر، ونمو اللحية، والصوت الأجش، وما إلى ذلك. وتبدأ الخصيتان عملهما كاملاً عندما تكونان على استعداد كاف للاضطلاع به، وبعبارة أخرى في سن الرابعة عشرة تقريباً. وليست هذه الطريقة بالمفاجئة ولكنها بطيئة. والسنوات التي تنقضي في الانتقال من مرحلة "اليفوعة" إلى مرحلة "الرجولة" يقال لها مرحلة "المراهقة". وفي خلال هذه الفترة يتم نمو التغيرات الجسمانية في الذكر.

ويرجع معظم السبب في ذلك إلى عمل الخصيتين وغيرهما من الغدد الصماء.

وفي كل مرة يودع فيها الرجل بذرته في جسم الأنثى، ينبعث منه ما لا يقل عن الخمسين مليوناً إلى المائتين مليون منها (السبيرم). وهذا يكاد يكون غير معقول. أليس كذلك؟ ولكنك ينبغي أن تتذكر أنها متناهية في ضآلة الحجم. وهذا العدد دليل على أن الطبيعة تقصد إلى التأكد من بقاء الجنس "البشري"!

على أن البذرة الذكر الواحدة، أو "سبيرم" تستطيع تلقيح بذرة أنثى واحدة. وهكذا يبدو لأول وهلة أن من السرف والتبذير على غير طائل، أن يستخدم مثل هذا العدد الضخم في كل مرة. ولكن، قد يكون لهذا سبب مقبول، فضلا عن رغبة الطبيعة في "التأكد" من النتيجة!

فبذور الذكر "السبيرم" أمامها طريق طويل –بالنسبة إلى حجمها– يجب أن تقطعه قبل أن تصل إلى البذرة الأنثى. ولهذا فمن المحتمل جداً أن يكون هذا العدد الكبير ممن يبدؤون السباق قد قصد به قصد معين، هو أن أقوى البذور الذكر، وهو الأكثر مناسبة لخلق حياة جديدة، يقع عليه الاختيار بوصفه أشد الجميع قدرة على السبق. ومن المعتقد كذلك أن جموع البذور الذكر، قد تتهافت على جدران

المبيضين، محاولة التمهيد "لغزو" البذرة الظافرة.

والمرأة لا تصنع بذرتها على نحو ما يفعل الرجل، فهي تولد وفي مبيضيها قرابة مائتين ألف بذرة تامة التكوين. وهنا أيضاً، ندرك مدى الكمال فيما تعمد إليه الطبيعة من الوسائل.

ولا تستعمل المرأة في غضون سنوات حياتها سوى أربعمائة بذرة تقريباً، سواء أأصبحت أما، أم لم تصبح. ومن الجائز أيضاً –وإن كنا لا نعلم– أن هذه البذور هي في حالتها أيضاً، أقوى البذور التي تستعمل. وبذور الأنثى، أو البويضة، صغيرة جداً كذلك.. إذ لا تزيد على جزء من مائة وعشرين جزءاً من البوصة. وفيما يقارب الوقت الذي يبدأ فيه نشاط خصيتي الفتى، كذلك يبدأ نشاط مبيضي الفتاة، وهي في سن الثالثة عشرة أو نحوها.

وإنتاجهما الخاص الذي يدخل مجرى الدم، يقوي الغدد التي تنمو حتى تكون الثديين، وينمو بعض الشعر، وإن كان يقل عما ينمو في الرجل، ولا يلبث جسم المرأة أن يتخذ شكل استدارته العامة. وزيادة على هذا، يبدأ المبيضان في إخراج بذورهما بمعدل واحدة في كل شهر، ترسلانها منحدرة في إحدى الأنبوبتين الواصلتين بينهما وبين الرحم. والمعتقد بصفة غير مؤكدة، أن المبيضين يتناوبان العمل فيما بينهما، فيقوم أحدهما بإرسال بذرة شهر ما، ويتولى الثاني إرسال بذرة الشهر الذي يليه. وفي الوقت نفسه، فإن الرحم نفسه يتقوى على صنع مضجع مريح لينمو فيه الجنين استعداداً للبذرة الذكر في حالة دخولها للاتحاد مع البذرة الأنثى.

وتقوم كمية زائدة بصفة خاصة من الدم، بدعم جدران باطن الرحم، فيصبح ناعماً دافئاً غنياً، استعداداً لوقت الحاجة إلى استخدام ذلك المضجع.

وكثيراً ما يحدث –ولاسيما في حالة فتاة صغيرة السن– أن هذا المضجع لا تدعو حاجة ما إلى استخدامه. فبعد فترة من الانتظار على غير طائل، دون أن تحضر البذرة الذكر، تهبط البيضة الأنثى غير الملقحة إلى الرحم، وتمزق المضجع غير

المطلوب قبل ذهابها، ثم تغادر الجسم من طريق المخرج العام، ويخرج معها الدم الزائد، والمادة التي كان المضجع مكونا منها.

وهذه العملية يقال لها الحيض، أو العادة الشهرية. وهي بدورها بعض الأشياء الطبيعية تماما التي يدور حولها كثير من اللغو الباطل.

وما دامت موضع العناية العادية والنظافة، فليس فيها ما يدعو إلى القلق، أو ينذر بأي خطر. وفوق كل اعتبار، فإن حضورها هو علامة الأنوثة المقبلة.

على أنه لا يمكن في كل الحالات، تلافي حدوث قدر معين من التعب، إلا أنه ما دام كلا العقل والجسد في حالة جيدة، فلا ينبغي لها أن تتسبب في أية متاعب.

وأنا أذكر العقل هنا، لأن الحياة الجنسية والحياة العقلية مرتبطات إحداهما بالأخرى برباط وثيق، على نحو ما سنرى في أواخر هذا الفصل. والفتاة التي لم تكن مستعدة لمجيء الحيض بسبب جهلها، أو التي تصور لها الحماقة أن هناك شيئاً بشعاً فيما يتعلق به، يمكن أن تؤدي حالتها العقلية إلى إصابتها بألم لم يكن من الضروري أن تتعرض له. ونصف متاعب الولادة يحدث بطريقة مماثلة. لا تخافي ولا تخجلي، بل اشعري بالفخر لأنك امرأة حقا. وبصرف النظر عن الحوادث، فإن هذه الناحية من حياتك سوف تصبح مرضية إلى أقصى حد.

ولنفرض الآن أنه بدلاً من هبوط البذرة الأنثى إلى الرحم وخروجها من طريق الرحم فالمخرج العام، قد حدث اتحاد بينها وبين البذرة الذكر.

كيف يحصل هذا ؟

أولاً.. يجب أن تكون هناك رغبة شديدة في هذا الاتحاد من جانب الرجل وجانب المرأة معا. وسنتحدث عن هذا بمزيد من التفصيل قبل نهاية هذا الفصل.

فإذا وجدت هذه الرغبة، فإن إرضاءها باجتماع الرجل والمرأة، يتيح لهما سعادة عظيمة، في العاطفة والجسد على السواء.

ومن عجائب الطبيعة أن الأشياء الضرورية للحياة، ولاستمرارها، ممتعة جداً.

ولننظر إلى الأكل على سبيل المثال، فإذا لم تكن ثمة أية متعة في الأكل، وإذا لم يكن في مقابل تلك المتعة، ألم يسببه الجوع، لأسفر ذلك عن أن المخلوق الذي لم يدرك عقله سر العلاقة بين الطعام والحياة، سرعان ما يموت.

فإذا لم يجد الكلب لذة في الأكل، ولا ألماً في الجوع، فلماذا يتكبد عناء تناول الطعام؟ أن الحياة لم يكن ليقدر لها البقاء مطلقاً لولا هذا النظام.

وعلى هذا النحو، لم تكن الحياة لتستمر، لولا أن استمرارها قد ارتبط بشعور من المتعة الرائعة. وإلا فربما كانت المخلوقات قد انصرفت عن التناسل!

واستمرار بقاء الكائنات الحية هو بكل تأكيد على أعظم جانب من الأهمية في عين الطبيعة، حتى أنها جعلت العملية الجنسية مقترفة بلذة إيجابية لا تتيح مثلها أية عملية طبيعية أخرى.

وعلى هذا فحين يجمع الحب بين رجل وامرأة بالغي الحلم، فإن غريزتهما الطبيعية تجعلهما يقتربان: أحدهما من الآخر بقدر المستطاع. ولا بأس بتشابك الأيدي، كما أن تبادل القبل شيء جميل أيضاً، ولكن الحب الحقيقي يحتاج إلى قرب يزيد على هذا كله.

وهكذا، أيضاً، تفعل الرغبة بغير حي، على نحو ما سنرى فيما بعد. ولنتناول الآن "الميل"، باعتباره أول مشاعر التناسل الإنساني، حتى إذا لم يكن لذلك سوى سبب واحد، هو أن خير الملابسات التي يمكن فيها أن يربي الطفل، تتوافر في بيت يقوم فيه الارتباط بين الوالدين على الحب.

وهكذا نجد لدينا رجلاً وامرأة يحب كلاهما الآخر حباً عظيماً، ويريدان أن يتحدا اتحاداً كاملاً. ومن ثم لا تلبث احساساتهما بالحب والرغبة، أن تتعاون مع ما يتدفق إلى مجاريهما الدموية من النتاج الخاص الذي تنتجه غددهما التناسلية.

وهذا –في حالة الرجل– يسبب تهيئة القضيب ليكون على أهبة الاستعداد لدخول جسم المرأة. وفي حالة المرأة –يسبب ما يطرأ على المعبر من طراوة وابتلال– لكي يستقبل القضيب.

وبعد أن يتم دخول القضيب، وتصير البذرة على استعداد للخروج، فإنها لا تلبث أن تندفع إلى داخل جسم المرأة. وقذف البذرة يسبب للرجل أعلى درجات اللذة. والمرأة كذلك تستطيع الوصول إلى مثل هذه الدرجة من الالتذاذ. ولو أن هنا أيضاً، إذا كان في عقلها أية مخاوف حمقاء، أو خجل زائف، فقد لا يسير كل شيء على ما ينبغي، فتحرم المرأة من وصول تلك الدرجة العليا من اللذة. بعد ذلك تزحف بذور الرجل –التي تشبه صغار "أبو دنيبة"– في سباق عنيف، متجهة نحو الأنبوبتين اللتين تصلان بين الرحم والمبيضين، فإذا التقت إحداها ببويضة الأنثى المنتظرة هناك، واتحدت معها، ينتهي السباق، وتكون البذور الأخرى قد "خسرت".

وهنا تنحدر البذرة المشتركة من خلال الأنبوبة عائدة إلى الرحم، حيث تجد المضجع الخاص بانتظارها فتستلقي عليه مسترخية، وتبدأ عملية النمو والارتقاء إلى حياة جديدة.

ومن المؤكد أن الأمر بالنسبة للأم لا يكون قد انتهى بعد. ولا بالنسبة إلى الأب من أية ناحية حقيقية، لأنه ستتاح له متعة رعاية زوجته في أشهر الانتظار، ثم حمايتها هي وطفلهما بعد ذلك.

والأبوة في حقيقتها، يمكن أن تكون لها أهمية عظمى في تحويل الرجل إلى إنسان آخر أكثر حكمة وأشد بأساً. أما من الناحية الجسمانية، فإن دوره ينتهي بحدوث الحمل.

أما بالنسبة للمرأة، فإن عملها لم يبدأ إلا منذ قليل. ويبدو أن الطبيعة بسبب إدراكها لأهمية وظيفة الأم، تعمدت أن تترك الحرية للرجل، كي يعمل ويناضل، من أجلها، ومن أجل الطفل القادم. والأم الحامل لا تكتفي بتغذية الجنين الذي ينمو في

أحشائها وحسب، ولكنها بمعونة النتاج الخاص الذي تنتجه غددها التناسلية وغدد صدرها، تستعد لمواجهة الوقت الذي سوف يحتاج فيه الطفل الذي لا حول له، إلى التغذي بلبنها.

وعندما يحين وقت الولادة، تتجمع عضلات بطن الأم ورحمها لكي تدفع بالطفل خارجا من طريق نفس المعبر الذي دخلت منه البذرة. وفي نفس الوقت، يتقوض المضجع الذي كان الطفل يرقد فيه، ويخرج هو الآخر. وفي غضون الأشهر التسعة التي يقضيها الجنين في الرحم، تنتفي الحاجة إلى استمرار الحيض، حيث تذهب كمية الدم الزائدة لتغذية الجنين الذي لم يولد، كما أن المضجع الموجود في الرحم، لا يتقوض إلا بعد أن يولد الطفل.

كذلك تمنح الطبيعة الأم، عادة، فترة ترتاح فيها من الحيض، حينما تقوم بإرضاع طفلها. وبعد ذلك تعود الدورة الشهرية سيرتها الأولى.

والغدد الجنسية، في الرجل والمرأة على السواء، تتوقف عن العمل قبل نهاية العمر بوقت ما، ويتوقف هذا الوقت – طولاً وقصراً– على تكوين الشخص.

وبصفة عامة، يمكننا أن نقول أنه ما بين سن الخامسة والخمسين وسن السبعين، يتوقف النشاط الجنسي عند الرجال. وهي ظاهرة لا سبيل إلى تحديدها بأي حادث، سوى تلاشي الرغبة تدريجياً، مع تلاشى القدرة تدريجاً كذلك، على القيام بتأدية عملية الاتحاد.

وحياة المرأة الجنسية، من حيث الحمل، تنتهي نهاية مبكرة. فهي تنتهي في سن الخامسة والأربعين تقريباً، وأن كانت هذه السن تختلف في امرأة عن الأخرى، وبعد ذلك يأتي الحيض بغير انتظام، ويتناقص تدريجياً حتى ينتهي. وهذه الفترة تعرف باسم "سن اليأس"، أو فترة "تغير الحياة".

وبعد حدوث هذا تظل المرأة قادرة على القيام والالتذاذ بعملية الاتحاد. كما أنه ليس هناك من الأسباب ما يحول بينها وبين ذلك. ولكن انقطاع العادة الشهرية يجعل

الحمل مستحيلاً.

وإذا عاشت امرأة حياة صحية، ولم يكن لديها أية مخاوف متغلغلة في دخيلة نفسها، بسبب الجهل أو خطأ التنشئة، فإنه لا يكون ثمة ما يدعوها إلى الفزع من مثل ذلك الحدث الطبيعي.

وكما أن عمل جهاز الغدد كله مرتبط بعمل المخ (العقل) والأعصاب والدم، فكذلك الحال في الجهاز التناسلي فهو مرتبط بهذه جميعا أوثق رباط.

وهو متصل بصفة خاصة، اتصالاً قريباً بحالاتنا العقلية والعاطفية.

ومن الجائز أن توحد اللذة في عملية الاتحاد بين رجل وامرأة، دون أن توجد بينهما عاطفة حب. ومن جهة أخرى، فإنه يبلغ من توثق الصلة بين هذه العملية الجسمانية وبين ارتياحنا العاطفي، أن من الأخطاء في حق أنفسنا –بغض النظر عن أي اعتبار آخر– أن نستخدم قوانا الجنسية لمجرد اللذة، في حين أنه لا يوجد باعث سواها.

وأنا أتكلم الآن عن الشخص الناضج جنسياً.. أما بالنسبة إلى الأشخاص الأصغر سناً، فهناك أسباب أخرى تحول دون موافقة المجتمع على التمرس بالجنس بمجرد استكمال قوانا الجنسية.

وفي الوقت نفسه، أحب أن تضع نصب عينيك تماما أنه بالنظر إلى أن أجسامنا وعقولنا يؤثر كل منها في الآخر، فمن حق أنفسنا علينا ألا نغمط حق أحدهما لحساب الآخر.

بل الأولى أن نحاول حفظ التوازن والانسجام فيما بينهما، على نحو ما تحفظ الطبيعة التوازن والانسجام، بين مختلف الأعضاء المعقدة التي تعمل معا على أن تهيئ لنا حياة طيبة.

الفصل الثاني عشر

من أين أنت؟

لا أعرف الآن مقدار ما قرأته من القسم الأول من هذا الكتاب. فليس المقصود منه أن يكون كتابا يقرأ من أوله حتى آخره بغير ما نقصان ،بل الإلمام به هنا وهناك على حسب ما يصادفك في حياتك اليومية من مختلف المسائل.

والجزء الأول يتناول الماضي السحيق بدراسة عامة. ولقد حاولت أن أتابع معك الطريق التي سلكتها الحياة في نموها وتطورها على الأرض. وكان من الطبيعي جداً أن يؤدي هذا إلى وصف العتاد الجسماني للجنس البشري، لأن تكويننا هو أكثر صور الحياة تعقيداً فيما ظهر إلى حيز الوجود حتى الآن.

وحتى إذا كنت قد تتبعتني من كثب، فلا تظن أنه ليس هناك شيء كثير لا يزال بحاجة إلى الشرح. ولو كان المراد هو إخبارك بكل ما نعلم عن ماضي عالمنا وجنسنا، لاحتاج الأمر إلى مجلدات ومجلدات. وأنا أعلم جيداً أني أغفلت ذكر الشيء الكثير، ولكن هذا في حد ذاته قد يحقق غرضاً نافعاً –إذا حملك على البحث عن قراءة أكثر اتساعاً، لتملأ الثغرات الكثيرة.

والآن، فلننصرف عن المسائل المترامية الأطراف، المتصلة بالعالم الذي نعيش فيه، والحياة التي نحن جزء منها، لتلقي نظرة من قريب عليك، "أنت".

ونحن نعلم الآن "ما هو أنت": عضو واحد في الجنس البشري، ونتاج ملايين السنين التي انقضت في النمو الارتقاء. وبعد هذا يلح علينا سؤال آخر: "من أنت"؟

وبعبارة أخرى: كيف تعرف أنك أنت؟ ما ذلك الشيء الذي يبدو أنه يجعلك بمعزل عن الآخرين، مع أنك تمت إليهم بالصلة من قريب؟ ما الذي يجعلك تشعر في

أعماق نفسك، "أنني أنا نفسي"؟ فمن الواضح أنه لا يكفي أن تقول: أن ملامحك ومظهرك، هي التي تميزك من بين الآخرين.

فهذا إلى حد محدود، امتياز أولى. ومن المدهش أن الطبيعة تخلق صوراً شديدة التنوع، حتى أن وجود شبه قريب بين اثنين من الناس، يعد ظاهرة خارقة للعادة! أن لك بغير شك وجهاً خاصاً بك، وحتى إذا لم يكن في وسعه أن يأتيك المعجزات، فإنه وجهك على أي حال.. ولكنك إذا فكرت في الأمر قليلاً، أدركت أن السبب في انفصالك عن الآخرين، شيء آخر يختلف تماما عن الملامح والمظهر.

كل منا يشعر بأن له "ذاتا" منفصلة. على أن من الصعوبة بمكان أن نقرر، على وجه التحديد، ما هي هذه "الذات"، وأن كان كل منا يعلم ماذا يقصد بها. وتستطيع أن تدعوها "الروح" أو "الشخصية" أو "العقل"– بمعزل عن أداته المخ، الذي هو مجرد آلة شديدة التعقيد.

و كلا من كلمة "روح"، و"شخصية"، و"عقل"، يحمل ظلاً واهياً من اختلاف المعني. على أنها بصفة عامة تعبر عن هذه "الذات" التي يملأنا الشعور بوجودها جميعا.

ومع هذا، فماذا تكون؟

إن من الناس من يقولون أنها ليست أكثر من المجموع النهائي للأعمال الآلية التي يؤديها المخ. وبعض آخر من الناس يقولون أنها المخ، "مضافاً إليه" الشرارة الغامضة، التي تفارق الجسم بالموت. ولعلك سمعت بالفلاسفة العظماء الذين فكروا في أمر "الروح" تفكيراً عميقاً، ماذا تكون، وأين هي، وهل هي خالدة أم فانية؟.. وهلم جرا. ولا يزال السؤال حتى يومنا هذا، حائراً بغير جواب، ولا يزال العلماء يواصلون البحث في شأنه.

والمسألة واسعة الآفاق، والآراء متعارضة فيها أشد التعارض، حتى أنه في السنوات الأخيرة، قرر كثير من المفكرين أن يعالجوها من زاوية أخرى. فتركوا مسألة

"الروح" جانبا، بصفة مؤقتة، محاولين قبل كل شيء، أن يتحققوا من دقائق طبيعة العقل.

واختلاف عقلك عن كل العقول الأخرى، هو الذي يميز بينك "أنت"، وبين الآخرين.

ما هو العقل؟

من الواضح الآن أنه لن يكون بالأمر الهين اليسير، أن نحاول أن نعرف على وجه التحقيق: ما هو العقل، وكيف يؤدي عمله؟ ولاشك في أن كلا منا يشعر شعوراً قوياً بأننا لسنا مجرد جسم ومخ، بل نحن أيضاً "شخصية" قائمة بذاتها، تربطها صلة القربى بكل الآخرين، ولكنها تختلف عنهم جميعا. ولكن، من أين يمكننا أن نبدأ؟

يعلم الله أن هنالك الشيء الكثير الذي لا نفهمه فيما يتصل بالجسم، ومع هذا نستطيع أن نزن الجسم، وأن نقوم بتصويره. بل أننا نستطيع أن ندرس أجزاءه المختلفة كلا على حدته، ونقوم بتجارب واختبارات لا آخر لها، وليس بين هذه الأشياء ما يمكن عمله بوساطة العقل.

صحيح أننا نستطيع أن نقوم بوزن المخ، وتصويره، وتشريحه. هذا يمكن القيام به على أكمل وجه، في مخ ميت.. وإلى حد محدود، وهو لا يزال جزءاً من جسم حي.

ولكن هل يساعدنا تقطيع مخ ميت، في العثور على العقل؟ أو هل الجراح الذي يجري عملية في مخ حي، يحتمل أن يجد الأفكار بداخله، أن الأمر كله لسوء الحظ، أكثر تعقيداً من ذلك.

وفيما يختص بواقع المخ، فإن معلوماتنا عنه تزداد يوماً بعد يوم، تقدماً. ولقد أثبت الكشف الحديث أن المخ في نشاطه يقوم بإرسال إشارات، تشبه إلى حد ما الموجات اللاسلكية. وقد اخترعت أخيراً آلة اسمها "انسيفالوجراف"، تستطيع أن

تقيس وتسجل هذه الموجات، بطريقة تشبه كثيراً طريقة آلة ال"سيزموجراف" في عمل رسم بياني لذبذبات الزلازل.

بل أننا وصلنا إلى حيث أصبحنا نستطيع بالاطلاع على سجل "موجات" المخ، أن نعرف ما إذا كانت هناك تغيرات تحدث في خلايا المخ، قد ينتج عنها شذوذ في التفكير أو السلوك.

العقل والسلوك

إذا كان نوع من أنواع البحث لا يتقدم بنا قيد أنملة، فإن الواجب يفرض علينا أن نحاول نوعا آخر. وهذا ينطبق على كل مشكلات الحياة، سيان في ذلك ما كان منها متعلقا بالتفكير، وما كان متعلقا بالفعال، فإذا لم يكن في وسعنا أن ننتقل من المخ إلى العقل، ثم إلى السلوك، فعلينا أن نبدأ من النهاية الأخرى، ثم نرى إلى أين ينتهي بنا المطاف.

ولعلنا إذا بدأنا بتحليل ما يصدر عن الناس من فعال، استطعنا الوصول إلى طبيعة عقولهم.

فمع أن الناس قد يحاولون إخفاء حقيقة طبيعتهم، من طريق الأكاذيب والتظاهر، إلا أن فعالهم –كما يقول المثل– تتحدث بصوت أعلى من كلماتهم، فسلوكهم المعتاد ينبئنا عن حقيقتهم، بمعزل عما قد يتظاهرون به، أو عما يريدون أن يكونوا.

ولأسباب سيأتي شرحها فيما بعد، توجد في كل منا "ذات" ليست على أتم ما ينبغي أن تكون، وبطريق المعرفة الصحيحة والتدريب، نستطيع أن نسيطر عليها. وأن كان يحدث أحياناً أن الظروف الشاذة كالحروب والمجاعات، تجعلها تفلت من سيطرتنا من جديد.

فإذا كان شخص ما قد وجد أن كل شيء يعمل ضده بصورة مريرة، في سني

حداثته، أي في الفترة التي تتكون فيها شخصيته، بحيث لا يستطيع السيطرة على مثل تلك "الذات" على الإطلاق –فهو شخص "فاسد" على قدر ما يعني الحياة حياة نافعة في العالم. وما قد حدث لعقله، ينعكس في فعاله. وفي السنوات الأخيرة قيل، وكتب الكثير، عن علم جديد اسمه علم النفس أو "السيكولوجيا". وهي يعني تفهم عمل العقل، المكتسب من طريق دراسة السلوك.

وهذا بطبيعة الحال يثير في نفسي كثيراً من الاهتمام، فهو نوع العمل الذي أزاوله بالذات. وأرجو أن أتمكن من جعله يثير فيك الاهتمام بدرجة مماثلة لمدى اهتمامي به، لأن بعض الإلمام به، قد يكون نافعاً في أن تحيا حياتك.

ومن جهة أخرى، فمن واجبي أن أحذر من الوقوع في شرك. فحين تكون بالغ الاهتمام بموضوع ما، ولاسيما إذا كنت تشتغل به في كل يوم، فإنك لا تلبث أن تصبح ميالاً إلى الظن بأنه هو الشيء الهام الوحيد في العالم، كما يدركك بعض الغرور فيما يتصل به، ولاسيما إذا جد جديد من المكتشفات بدا أنه لم يعرف قط من قبل.

وهكذا أشعر بأن من الخير أن أصرح هنا الآن، بأننا برغم علمنا بالكثير عن "السيكولوجيا"، فإن ما لا نزال نجهله عنه، أكثر جداً مما نعلم. بل أن مما يحملنا على المزيد من التواضع أن ندرك مقدار ما عرف الحكماء عن هذا العلم، حتى منذ آلاف السنين.

صحيح أنه لم يحدث إلا منذ عهد قريب، أن حاول الناس تطبيق الطريقة العلمية للدرس، والتجربة، والإثبات، على السلوك الإنساني. ولكن على رغم أن غيرهم لم يستخدموا تلك الطريقة، فإن أناسا مثل "سقراط، وأرسطو" والكاتبين المسرحيين اليونانيين القديمين، "أرستو فان ويوريبيدس"، قد ظهرت في كتاباتهم معلومات دقيقة للغاية، عما نسميه اليوم "سيكولوجيا".

ونحن، رجال العلم، نمشي وراءهم في خطى متهالكة، محاولين أن نسجل النتائج المجربة، وأن نستنبط في ضوئها قوانين السلوك الإنساني.

خلق علم جديد

وفي القرن التاسع عشر حاولت مجموعة من الرجال مبعثرة في جميع أركان العالم، أن يقوموا بذلك العمل بطريقة قائمة على نظام ثابت مقرر. واعتقد أنك ستدرك الضرورة التي دعت إلى ذلك..صحيح أن عظماء معينين من الرجال، بفضل قوى بصائرهم الخاصة، يعلمون من طريق حساسية عقولهم، كيف يفكر الناس، ويشعرون، وينفعلون، في أوقات التأثر العاطفي.. وسأحاول أن أوضح لك ما أعنيه.

أكبر ظني أنك قرأت رواية "هاملت"، وربما تكون قد قرأتها في المدرسة. فإذا لم تكن قد قرأتها فإني أوصيك بأن تقرأها من أجل نفسك. ومن المحقق أنني أعرف أن عمل شكسبير هذا قد يكون له صدى غير ذي بهجة في نفسك لأنك أرغمت على قراءته في المدرسة إرغاماً. فكثير من الناس يفقدون جزءاً كبيراً من متعتهم بأن جعلوا يكرهون إنتاج الكتاب المبرزين بإرغامهم على ازدراده وهم لا يزالون في سن مبكرة. ولو قدر لهم أن يقرؤوا لأولئك الكتاب فيما بعد، لمجرد الاستمتاع بالقراءة، فإنهم لن يلبثوا عادة أن يدركوا على الفور مقدار ما فاتهم لمجرد تحامل طبيعي، مرجعه إلى التعليم السخيف.

وعلى أي حال، فإن "هاملت" رجل جاد مشغوف بالدرس، كدر خاطره كثيراً أن أمه التي كان يحبها أعم الحب تزوجت –بعد موت أبيه– عمه الذي لم يكن يحبه كثيراً.

وبالإضافة إلى هذا، يظهر له شبح أبيه، ويخبره بأن ذلك العم قد اقترف جريمة قتله –أي الأب– وأن الأخذ بثأره أصبح أمره بين يدي "هاملت" (في تلك الأيام، بلا شك، كان الناس يؤمنون بأخذ الثأر. ولقد تخلصنا نحن من ذلك، ولكنك من أجل الانسجام مع سياق الرواية، ينبغي أن تنظر إلى الأشياء باعتبار أن الثأر عمل طبيعي لا غبار عليه).

والآن، يجد "هاملت" نفسه في مأزق حرج. فهناك من ناحية، كراهيته للعم

الشرير، وحبه لوالده، والتألم لرؤية والدته زوجة للقاتل، والشك في أنها تعلم -أو لا تعلم- حقيقة ما حدث.

ومن الناحية الأخرى، طبيعة "هاملت" نفسها، التي تميل إلى الرقة والانصراف إلى دراسة الكتب. فهو ليس من رجال العمل، مثل "ليرتس" شقيق الفتاة التي يعشقها. ولا هو يريد أن يقتل أحداً.

ولما كان لا يريد، فإنه يقول لنفسه أن من الجائز أن تكون طبيعته المبتئسة الميالة إلى الحزن، هي سبب ما يخطر بباله من أوهام وتصورات. ومن الجائز أن الشبح لم يكن أباه على الإطلاق، بل كان هو الشيطان محاولاً إغراءه بارتكاب خطيئة القتل.

وعلى تعاقب أحداث الرواية، وإلى أن ترغمه الظروف إرغاماً، يظل هاملت خائضاً غمار معركته الداخلية مع نفسه. وأني لأميل إلى الظن بأنه لذكائه الوقاد، وكونه سابقاً لأوانه، كان هو نفسه يراوده التفكير في أن الثأر عمل همجي خاطئ.

على أن النقطة التي أريد أن أنبه إليها الآن، هي أننا حين نقرأ رواية "هاملت" نشعر بأن "شكسبير" كان على حق حينما جعل هاملت يؤجل الأخذ بثأره حتى سبق السيف العذل.

فلم يكن هاملت -بمثل تلك الشخصية التي أضفاها عليه شكسبير- ليندفع في ثورة غضبه، ويرتكب جريمة قتل، بمثل الإصرار الذي كان "ليرتس" مثلا خليقاً بأن يبديه في ظروف مماثلة، والذي أبداه في الواقع بعد أن قتل "هاملت" والد "ليرتس" عن غير قصد، مما حمل شقيقته على أن تؤثر الانتحار من فرط الحزن. ونحن نشعر بأن شخصية "هاملت"، وما صدر عنه من الفعال في الطوارئ، شيئان متلازمان. ولقد شعر بذلك "شكسبير" أيضاً، وإلا لما كان قد كتب تلك الرواية المسرحية، ولما كان يمتاز بحساسية تفوق المعتاد. فقد حالفه الصواب دائماً فيما رسم من صور السلوك الإنساني. وأكبر الظن أنه فعل ذلك دون أن يدري لماذا؟

ولكن العباقرة الذين "يحسون" هذه الأشياء إحساساً تقترن فيه الدقة بالحيوية،

هم قلة نادرة. أما الرجال العاديون فإنهم يحتاجون إلى مرشد، حتى يخلصوا إلى نفس الآراء الحاسمة.

ومن الواضح أنه مما يعود على البشرية بأعظم النفع، أن نكتشف على وجه الدقة، السبب في سلوك الناس على نحو ما يفعلون، والطريقة التي بها تتولى عقولهم توجيه سلوكهم. وبهذا يصبح من المستطاع أن يحال دون إساءة السلوك قبل وقوع كل حادث لا بعده. والسلوك السيئ هو الفعال الضارة بمن تصدر عنه، وبالمجتمع أيضاً.

وهنا يبرز سؤال: أين كان هؤلاء الرجال، ليبدؤوا في بحوثهم عن العقل والسلوك الإنساني؟

إن العقل، باعتباره شيئاً آخر غير المخ، لا يمكن تحليله أو إجراء التجارب فيه. فإذا استطعت أن تقتطع فكرة من المخ، وتضعها على شريحة من الزجاج ثم ينظر إليها من خلال عدسات المجهر "الميكروسكوب" على نحو ما تستطيع أن تفعل بخلية من خلايا المخ– فإنك عندئذ تكون قد وصلت إلى شيء ما..وهناك لن يكون ثمة موضع للتساؤل عن "ماذا كانت"، أو "كيف كان سلوكها"؟

ولكنك لا تستطيع أن تفعل هذا. لأنه يستحيل، إلا في مراحل العلوم العقلية المبدئية جداً، أن تقيم الدليل على صحة آرائك.

أن العالم النفسي قد يكون متأكداً إلى حد غير قليل، من واقع تجاربه، أنه في موقف خاص معين، سيتصرف عقل شخص ما بطريقة خاصة معينة، ولكن.. كيف يمكنه أن يثبت لك إثباتاً حقيقياً، لعالم آخر، أو أي شخص آخر كائناً من كان، إذا لم ينشأ ذلك الموقف المعين؟

وكلما استحالت إقامة الدليل العلمي على شيء ما، فإن شقة الخلاف في الرأي بين المعنيين ببحثه قد لا تلبث أن تتسع. وهذا في الواقع هو ما حدث في العلم الجديد، المسمى "السيكولوجيا"، أو علم النفس.

فإنه يوجد اليوم أكثر من مدرسة واحدة لعلم النفس، وليس معني "المدرسة" هنا هو المؤسسة التعليمية، بل المجموعة من الرجال الذين يشتركون جميعا في الإيمان بأفكار ونظريات معينة، في مقابل مجموعات أخرى تخالفها في الآراء.

ولقد ذهب بعض العلماء النفسانيين إلى الاعتقاد بأن حافزاً ما من حوافز السلوك الإنساني أقوى من كل ما عناه. في حين يؤكد علماء آخرون أن حافزاً معيناً آخر هو صاحب القوة العظمى. فمن الذي يستطيع القول بصواب هذا الرأي أو ذاك؟ أن هنا لمجالاً واسعاً منبسطاً أمام العقول الشابة الناضرة، لتنحي الخلط وتجلو الريب. كان أمام الباحثين سبيلان متاحتان للبدء في عملهم:

١- كان في وسعهم أن يدرسوا، بطريق التجربة العلمية والاستنتاج، عمل الحواس: البصر، والسمع، والشم، والذوق، واللمس.

٢- كان في وسع كل منهم أن يتأمل عقل نفسه، وأن يرقب أعماله، ويلاحظ ما يترتب على ذلك من سلوكه الشخصي.

والطريقة الثانية يمكن توسيع نطاقها حتى تشمل دراسة عقول الآخرين، كلما كان هؤلاء الآخرون على استعداد للإدلاء بتقرير كامل عما سنح في أعماق أفكارهم، بل عن أدق أنواع سلوكهم الشخصي الخاص التي يحتفظون بها عادة لأنفسهم. ولعلك سرعان ما ترى الآن، إذا فكرت في الأمر لحظة، أن هاتين الطريقتين جميعا لا تسلمان من الخطأ، حتى أن الالتجاء إلى أية واحدة منهما، يكون أشبه باستعمال "مسطرة" ناقصة الطول، والتظاهر بأن طولها كامل.

ومن الواضح أننا نستطيع أن نستمد العون من بحث أعمال الحواس. ولقد قام العالم الروسي "بافلوف"، بعمل نافع في تلك الناحية. فقد قام بتجربة دق "جرس" في كل مرة يقدم فيها الطعام إلى كلب. وعندما استقرت الفكرة تماما في مخ الكلب، بأن صوت الجرس له صلة بالطعام، كان مجرد دق الجرس دون تقديم أي طعام، كافيا لأن يسيل لعاب الكلب.

فلقد أوجد سجل خاص في مخ الكلب، أو في عقله إذا شئت، يقول أن صوت الجرس معناه الطعام. على أنه مهما بلغ من أهمية نتائج مثل هذه التجارب، فإن محاولة تقصي أعمال العقل من طريق الحواس الخاصة وحدها، تصطدم بعقبة كأداء عند أهم نقطة على الإطلاق. لأنك بهذه الطريقة لا تستطيع الوصول إلى الأفكار والأحاسيس التي هي أكثر عمقاً، والتي لا تتصل بالحواس اتصالاً مباشراً.

وهكذا نتجه إلى الطريقة المستطاعة الثانية، وهي تأمل الواحد منا لنفسه ،على أن في هذه الطريقة، بدورها، نقصاً خطيراً. فمن منا ذلك الذي يبلغ من صفاء السريرة أنه –مهما توفر لديه من حسن النية إلى أبعد حد– يعترف ولو بينه وبين نفسه بما يحدث في داخله على وجه الدقة؟

إننا جميعا نتعامي عن الحقائق الخاصة بنا، التي لا نريد مواجهتها. بل أن ما اكتسبناه من المعرفة بالعقل البشري يؤكد لنا على وجه التحقيق، أننا ميالون على الدوام، إلى رؤية الأشياء كما نحب أن نراها، وليس كما هي في الواقع. فلكل منا "نقطة عمياء" عزيزة عليه، كلما اتصل الأمر بما فينا من نقائص.

وسأضرب لك مثالاً من طفولتي، قد يكون مشابها لبعض أحداث طفولتك.

لم أكن في طفولتي حسن السلوك جداً، مما كان يزعجني في ذلك الحين. وكنت مقتنعا في قرارة نفسي بأنني لا أستطيع أن أكون أسوأ مما كنت. وأنا الآن أعلم بغير شك، أن الأمر لم يكن يزيد على مجرد أنني كنت اجتاز مراحل من النمو لابد أن يجتازها الجميع.

كلفني والدي بعمل شيء معين لا أذكر الآن ماذا كان، ولكن لابد أنه كان شيئاً مما كنت أكرهه في ذلك الحين. ولقد بلغ من غيظي أنني جلست في مقعدي أمام المدفأة، وقد أمسكت في يدي بالقضيب الحديدي الذي ينبش به الجمر، وأنا أشعر بأنني كنت أود أن أقتله!

وهذا بطبيعة الحال هو رد الفعل الفطري الذي لا زيادة بعده. ولا يزال الجنس

البشري بصدد إدراك أن قتل المخلوقات البشرية الأخرى عمل يقترن فيه الحمق بالخطأ، لأنه لا يحل أي معضل، فضلا عن كونه جريمة ضد حق الآخرين في الحياة، ذلك الحق الذي يشتركون معنا فيه على قدم المساواة.

على أنه وأن لم يكن من المحتمل أبداً أن أهاجم أبي، إلا أن الرغبة كانت موجودة بغير شك.

والآن، فنفترض أن واحداً من أولئك العلماء الباحثين الذين كنا نتحدث عنهم، كان قد جاء في تلك اللحظة بالذات، ولنفترض كذلك أنه سألني عما كنت أشعر به، فإنني لم أكن لأحدثه بحقيقة شعوري أبداً. أنني أستطيع قول ذلك الآن، لأنني فرضت سيطرتي على تلك المشاعر الفطرية، التي واجهتها وتخلصت منها، كما تخلصت معها مما كانت تثير في نفسي من الشعور بالذنب. وأهم من هذا أيضاً أنني لم يكن ينبغي لي أن اعترف لنفسي بما كان في قلبي، لأنني كنت أعلم حتى في ذلك الوقت، أنه كان تفكيراً خاطئاً. ومواجهة حقيقة هذا الشر في نفسي، كانت جديرة بأن تشعرني بالخجل الشديد.

وهكذا نميل جميعا، طول حياتنا إلى أن نغفر الخطايا لأنفسنا، بدلاً من أن نطلب لها الغفران.ولما كان الناس جميعا شركاء في هذه النقيصة الإنسانية، فإن الباحث الذي يتخذ من نفسه مادة لبحثه عن خبايا العقل، يكون عرضة للحصول على نتائج لا تبلغ غاية الدقة.

ولهذا نتجه نحو استكمال التوسع في هذه الطريقة معتمدين على التقرير الذي يفضي به شخص آخر عن سوانح أفكاره الخاصة، وما يصدر عنه في غير العلن من فعال.

وهنا نصطدم بنفس العقبة تقريبا، لأن الشخص المقصود أيضاً، مهما بلغ من الأمانة في مكنون نفسه، فهو شريك في نفس النقيصة الإنسانية. والاعتماد على ما يفضي به من التقارير، يكون أشبه بقراءة خطاب ضرب على كثير من فقراته أو

أدخل عليه كثير من التعديل في أثناء مروره على رقابة مشددة.

وهذه هي العقبات التي تعترض سبيل الحصول على معلومات دقيقة حقا عن كيفية قيام العقل البشري بعمله، وعن السبب في تصرف الناس على نحو ما يتصرفون. ومع هذا فمن الأهمية بمكان أن نصل إلى فهم تلك الأشياء. فماذا عسى أن نفعل حين تكون الأحوال، في العمل أو في الحياة، على غير ما نحب أن تكون، يتعين علينا أن نفيد منها بقدر ما نستطيع، ولعل هذا هو أقوى دروس الحياة.

وهكذا.. في أواسط القرن التاسع عشر، بدأ المشتغلون بهذا الموضوع في استخدام كل من هاتين الطريقتين، باذلين غاية الجهد الخالص، في تذكر ما فيهما من أوجه النقص.

كان من نتائج هذا أن رجاً ألمانياً اسمه "فلهلم فونت" وآخر أمريكياً اسمه "وليام جيمز"، قد أصدرا كتباً ذكرا فيها مكتشفاتهما. وكانت هذه الكتب أساساً للعلم الجديد، وهو الطب النفساني، أو "السيكولوجيا" أي علم النفس.

وكان أشهر الباحثين في هذا الحقل في الآونة الأخيرة "سيجموند فرويد" الذي زاد معرفتنا بالموضوع إلى درجة عظيمة جداً.

على أنك ستذكر أن علم النفس لا يكون علماً مقترناً بالتحقيق، لأنك لا تستطيع إقامة الدليل عليه بطريق الوزن والقياس وإجراء التجارب الدقيقة حقا. فالكشوف التي يصل إليها المشتغلون بهذا العلم معرضة، إلى درجة معينة، لأن تطمسها مشاعرهم الخاصة وأهواؤهم.

وهكذا نشأت خلافات الرأي بين "فرويد" وبين خير صديقين له في الدراسة "آدلر"، و"يونج". حيث أبدى "فريد" رأيه القائل بأن "الجنس" هو أعظم حافز مستقل في أفكار الناس وسلوكهم. في حين أن "آدلر" و"يونج"، مع اعترافهما بما للجنس من أهمية عظيمة، قد زعما أن إيثار النفس والحرص على سلامتها، هما عاملان لا يقلان عن عامل الجنس، أن لم يكونا أعظم شأناً منه.

ولعلك تتساءل فيما بينك وبين نفسك، عن السبب الذي حدا بي إلى أن أذهب إلى كل هذا، وقد تقول: ماذا يعنيني أنا من الأمر، إذا كان الأساتذة القدامى قد اختلفوا أو لم يختلفوا فيما بينهم. وإذا كانوا قد اختلفوا، فماذا يفيدني أنا من المعرفة التي خلفوها وراءهم لنا، ما دمنا لا نعلم من منهم كان على صواب، بعد كل شيء. كان السبب في إعطائي لك كل هذه التفصيلات، هو أنني اعتقد أنه ينبغي لك إدراك المصاعب التي تعترض سبيلنا حين نحاول أن نبني معلوماتنا عن العقل البشري على نفس الأسس التي تقوم عليها معلوماتنا عن الجسم الإنساني تماماً –وإن كانت هنالك ثغرات لا يستهان بها في معلوماتنا عن الجسم.

أما عن المسألة الثانية، فإني اعتقد أنها على جانب عظيم من الأهمية يبرر أن نعرض لها بالتفصيل في الفصل القادم.

الفصل الثالث عشر

ماذا نعلم عن العقل علم اليقين؟

هكذا يذهب "فرويد" إلى القول بشيء ما، ويذهب "يونج" إلى القول بشيء آخر، بينما يتجه "آدلر" إلى طريق آخر خاص به. وهذه فيما يبدو ظاهرة سيئة، فيما يعنينا نحن، الأشخاص العاديين الذين لا يطلبون أكثر من الإجابة على سؤال بسيط، هو: ما هو العقل، وكيف يؤدي عمله؟

في المقام الأول، يتعين علينا أن نواجه حقيقة قصاراها أننا لا يمكن أن نظفر بجواب بسيط. وبعد كل شيء، فإن هذا لا يدعو إلى كثير من الدهشة إذا أنت فكرت في مدى التعقيد الذي يتضح حتى في الإنسان العادي إلى أبعد حد، في معظم الأحيان..كذلك ليس في وسعنا أن نظفر بجواب دقيق، للأسباب التي أبديتها لك، ولا هو في وسعنا أن نظفر بجواب شامل إلى درجة التعميم، لأن هناك الكثير الذي لا يزال موضع البحث والتقصي.

ومع هذا، فإن ما نستطيع عمله، هو العثور على "القاسم المشترك الأعظم"، بين المعلومات التي ينادي بها مختلف العلماء.

ولعلك تقول: "القاسم المشترك الأعظم".. يا إلهي!

ومن واجبي أن اعترف بأنني في طول تلك السنوات منذ التحقت بالمدرسة، كان فكري كثير التردد في التأكد من كونه ليس هو "العامل المشترك الأدنى"، ذلك الذي كنت أقصد إلى التعبير عنه.

وبعبارة واضحة، أن خير ما نستطيع أن نفعل، أن نقتفي خطوات علماء العقل، في تلك الأشياء التي يتفقون بصددها جميعا، وأن نتركهم ليناقشوا التفصيلات فيما بينهم.

وهم قد يخطئون، ولكن هذا بعيد الاحتمال، فإذا حدث أنهم قد وصلوا جميعا إلى استنتاجات معينة، وإن اختلفوا على التفصيلات الأكثر عمقاً.. فأعتقد أننا في مثل تلك الحالة نستطيع أن نتقبل تلك الاستنتاجات باطمئنان، وأن نتخذ منها أساساً دراسة العقل. وبودي أن أشرح لك بمزيد من التفصيل، واحدة من الطرق التي وصلنا بها إلى معلوماتنا، لأن هذه الطريقة كانت السبب في إنجاز كثير من العمل النافع. ولعلك تذكر أنني قد عرضت لذكر التعاون بين المشتغل بعلم العقل، وبين شخص يجمع بين المقدرة والرغبة في الإدلاء بتقرير عن أفكاره وفعاله الخاصة التي يحتفظ بها لنفسه، باعتبار ذلك التعاون احتمالاً واحداً من بين احتمالات كثيرة.

وكان الاعتراض على هذا بالتأكيد، هو أن مثل ذلك الشخص قد لا يفضي بتقرير دقيق.

على أن من الجائز، إذا بذل ذلك الشخص المقصود معاونته على أكمل وجه مستطاع، أن يتمكن عالم العقل المدرب حقا من أن يجعله يروى له كل الحق عن نفسه بقدر الإمكان.

وهو في هذا يجب عليه أن يكون حقيقة، مستعداً لأن يدع جانباً كل وسائل الدفاع المعتادة، فلا يكون من واجبه مجرد عدم خداع عالم العقل وحسب، بل يكون من واجبه أيضاً أن يتعلم ألا يخدع نفسه. وعلى نحو ما قد تتصور، فإن هذا ليس بالسهل جداً، لاسيما في بداية الأمر. ولكن هناك طريقة قد أنشئت تدريجياً، لتساعد الناس على أن يفعلوا ذلك، ولتساعد عالم العقل على أن يجمع بين أطراف المعلومات المعطاة له.. هذه الطريقة يقال لها "التحليل النفساني".

والناس يتحدثون عنها الآن بعناية الاستخفاف، وكأنما "التحليل النفساني"، باعتباره حديثاً مع عالم العقل، شيء بسيط وسهل للغاية ، على أنه ليس فيه ثم ما يخيف، وأن كنت اعترف بأنها تسمية مفزعة! فإنك إنما ترقد مسترخياً، دون أن تفكر في شيء معين، ودون أن تعلق أية أهمية، على أية فكرة، أو أي شعور، يفد على عقلك.

ويستطيع عالم العقل، أو "العالم النفساني"، بفضل تدريبه، أن يتتبع هذه الأفكار والمشاعر حتى يصل إلى مصادرها من الحوادث التي تركت آثاراً عميقة في حياتك.

فإذا كنت مسترخياً حقا، وكانت وسائل الدفاع العقلية العادية فيك نائمة أيضاً، فسيكون في وسعك بعد عدد من مقابلاتك للطبيب النفساني، أن تتذكر كثيراً من الأشياء التي كنت تظن أنك نسيتها. وبعد أن تعقد بينك وبينه صداقة، وتصبح لك ثقة في حسن توجيهه، قد يصبح في مقدور العالم النفساني أن يدلك على الوسيلة التي أسفرت عن أن تلك الأشياء المنسية منذ عهد بعيد، قد تركت أثراً عميقاً في كل نظرتك العامة إلى الحياة.

وبهذا يستطيع أن يساعد الأشقياء من الناس على أن يستعيدوا سعادتهم، وعديمي الفائدة على العودة إلى الإفادة من فتح عيونهم على الخطأ، وإرشادهم إلى كيفية استصلاحه.

ومع أن التحليل النفساني ليس بالشيء المخيف، فينبغي ألا ينظر إليه بشيء من قلة الاكتراث. فإن فينا ما تستطيع أن تسميه إذا شئت "حب الذات"، وهو يكافح أعمق كفاح، ضد حقيقتنا، حتى أن كفاحه كثيراً ما ينقلب إلى صراع رهيب، قبل أن تتم هزيمته. والشيء الذي ينبغي أن تفعله، في زمن حياتك، هو أن تجعل عقلك وشخصيتك، يسلكان طرق الصواب الآن. وبهذا يكون اتخاذ مثل تلك الخطوة العنيفة في السنوات القادمة أمراً لا ضرورة له. وهذا هو بعض الأهداف التي من أجلها أكتب لك هذا الآن.

ولعلم النفس فائدتان:

١- أنه يستطيع توسيع معرفتنا بطريقة عمل العقل البشري.

٢- وبهذا يستطيع أن يعين ذوي العقول، أو الشخصيات التي أصيبت بالالتواء نتيجة لتجارب تعسة، على التغلب على عيوبهم.

وأنا أريد منك أن تفهم، أننا لا نتحدث الآن عن الأمراض العقلية بمعناها المفهوم. فإذا أنا تحدثت عن عقل مصاب بالالتواء، فهذا لا يستلزم اتصافه بالجنون، فكل عقولنا جميعا يصيبها الالتزاء بصورة ما بسبب كل ما يعرض لنا من الأحداث، ولكن المرض العقلي مسألة أخرى تماما. وفهمنا لها يتسع بالتدريج، وهي أمر يجب أن يترك تماماً في أيدي الأطباء الأكفاء.

أما ما شغل أذهاننا الآن، فهو اكتساب الهدوء الروحي، في كل مخلوق بشري. لأن هدفنا ينبغي أن يكون هو تحقيق الانسجام، والقناعة، وفهم أنفسنا، وفهم الآخرين.

فإذا أردت الدليل على أن هذا ينقص معظم الناس بصورة محزنة، فما عليك ألا أن تلقي بنظرة على عالم اليوم، وما يحفل به من الاضطراب العام. لأن اضطرابات العالم ليست سوى انعكاس للهياج والسخط، في عقول الناس الذين يتكون من مجموعهم هذا العالم.

نحن جميعا جزء من الكل، تذكر هذا! فكما أن الجسم كله يتأثر ويمرض، إذا مرض جزء واحد منه، فكذلك الحال في الحياة، فنحن برغم ما قد يكون بيننا من اختلاف الأديان، لا نستطيع سوى الاعتراف بالحكمة البالغة، التي تنطوي عليها كلمات من قال: "أننا جميعا أعضاء.. كل منا عضو من أعضاء كيان المجتمع". وهذا حق لا ريب فيه، فيما يختص بالعالم أجمع، وكل شيء فيه.

أين نختلف، وأين نتشابه؟

لعلك تتساءل فيما بينك وبين نفسك: كيف يمكن أن ينتفع الشخص الطبيعي بهذا العلم الجديد، علم النفس، وبخاصة الشخص الطبيعي الصغير السن. والجواب على هذا هو أنه ليس هناك شخص طبيعي.. إذا كنت تقصد بهذا إلى شخص له مستوى معلوم محدد من حيث الذكاء أو الشخصية. فكل العجب في أمر عالم المخلوقات البشرية، هو في كون كل منها يختلف تماماً عن جاره. وأن تكن كلمة

"تماما" أقوى تعبيراً عن الواقع مما ينبغي لها. فلتقل إذن أننا جميعا متشابهون، كما أننا جميعا مختلفون. والحياة كلها وحدة واحدة. ومع هذا فإن كل فرع منفصل من الحياة يختلف عن الآخر على نحو مثير.

فما هو هذا "الطبيعي"؟. إنك إذا وصفت أي "واحد" من الناس بأنه "طبيعي"، فإن كل "واحد" آخر يصبح "غير طبيعي" إلى حد ما. ونحن جميعا نختلف عن هذا "الطبيعي" الذي لا وجود له إلا من الوجهة النظرية.

وقد يكون مما ساعدنا أن نفكر في "الطبيعي" بوصفه نوعاً من خط الاستواء، ذلك الخط الخيالي الذي نعلم أن لا وجود له في الحقيقة، ولكن وجوده المفتعل له شيء من الفائدة، كنوع من المقاييس. فكل واحد منا على بعد مختلف من خط الاستواء، حتى إذا كان الفرق لا يتجاوز بضع بوصات. لأن من قوانين الطبيعة ما ينص على أن أي جسمين لا يمكن أن يحتلا حيزاً واحداً من الفراغ في وقت واحد.

وعلى هذا النحو تماماً، يقف كل منا على بعد يختلف عن بعد الآخر، من "الطبيعي"، من حيث الشخصية والعقل معا، وعلى هذا الجانب منه، أو على الجانب الآخر. وما دمنا لا نبتعد كثيراً عنه، حتى نصل إلى المتعلقة القطبية مثلا، فلا بأس بشيء من هذا، لأنه يمهد لحياة حافلة بما يثير الاهتمام.

ولكن، لمجرد كوننا جميعا نقف بأقدامنا على ظهر أرض واحدة، على قرب أو بعد من خط الاستواء، فكذلك توجد في عقولنا وشخصياتنا استعدادات أساسية معينة تتشابه فينا جميعا.

وهذه قد حسب حسابها بعناية، واختبرت، وسجلت، بمعرفة أولئك الذين يدرسون العقل البشري. كما اتفقت بشأنها آراء مختلف مدارس علماء النفس، ولهذا نستطيع أن نطمئن إلى الموافقة عليها.

وهي تتلخص باقتضاب، فيما يلي:

١– انفعالات كل المخلوقات البشرية متماثلة، من ناحية أنها تتبع اتجاهات خاصة محددة. وهذه الاتجاهات، تسمى أحياناً غرائز أي حوافز إلى الحرص على سلامة النفس، وإيثارها، والنسل، والصحبة، والمعرفة، وما إليها..

٢ –الانفعالات التي تصدر عن مخلوق بشري، تختلف عما يصدر عن آخر. والسبب في هذا هو أن عمل الاتجاهات العامة فيه، قد طرأ عليه التعديل بحكم اختلاف الوراثة واختلاف تجارب الحياة.

٣ –كل التجارب، حتى الحوادث التي تبدو للآخرين تافهة، يمكن أن يكون لها على العقل تأثير عميق طويل الأجل.

٤– في نفس الوقت الذي يخيل فيه لمعظم الناس أن الطفل "غافل" عما يحدث من حوله، ينطبع في عقله أعمق التأثيرات، لخير مستقبل حياته أو شره.

٥– هذه التأثيرات تبدو منسية في كثير من الحالات، ولكنها في الحقيقة ترسب إلى أعماق العقل، ليصبح لها أثر دائم في السلوك مستقبلا. وهذا ينطبق على الذكريات السعيدة كما ينطبق على الذكريات التعسة سواء بسواء. على أننا في الواقع نتذكر الذكريات السعيدة أكثر من غيرها. أما الذكريات التعسة أو المخجلة، فإننا ندفع بها إلى "مؤخرة عقولنا". وعلى نحو ما سوف ترى فيما بعد، كلما ازداد الجهد الذي يتعين علينا أن نبذله كي ننساها، ازدادت قوتها في الأمكنة الخفية من عقولنا، وازداد كذلك ما لها من التأثير على تطور شخصيتنا.

وأنا أحب أن تتوقف لحظة عن القراءة وتفكر ملياً في هذه النقاط الخمس التي حاولت ترتيبها بحيث تتابع تتابعاً منطقياً، واحدة بعد أخرى.

والآن، بعد أن تأملت هذه الحقائق، هل تستطيع أن ترى في أي شيء يمكن الانتفاع بها؟

فلنفترض أن الناس يمضون قدماً في حياتهم، على نحو ما تفعل الأغلبية العظمى منهم، دون أن يعرفوا شيئاً من هذه الأشياء، فماذا عسى أن تكون النتيجة؟

أنهم إذا لم يفهموا إلى أي حد يمكن أن تكون تجارب الماضي قد "لوت" عقولهم وشخصياتهم، فلن يكون في وسعهم أن يسيطروا تماماً على أفكارهم وأفعالهم. ولن يدركوا لماذا تعمل عقولهم بطريقتها الخاصة. وإذا كانت النتائج في سلوكهم غير مرغوب فيها، فإنهم لن يدركوا كيف يمنعونها. إنك لا تستطيع أن تغير شيئاً إلا إذا عرفت السبب في وجوده. وحتى يدرك الناس أسباب سلوكهم، فإنهم لن يكونوا كائنات حرة، بل مجرد عبيد لأحداث صغيرة مؤسفة، وقعت لهم في طريق الحياة.

كيف ننتفع بمعرفة النفس؟

كان الجزء الأخير تلخيصاً شامل التعميم جداً، لعلم النفس (أو علم العقل) الذي يمكننا أن نعتبره فوق متناول النقد المعقول. وهناك كتب كثيرة فيها مزيد من التفاصيل عن الموضوع تستطيع مطالعتها إذا وجدت في نفسك الاهتمام الكافي. على أنني أظن أنك تستطيع – أن ترى الآن ما أهداف إليه، والسبب في أنني قد أثرت الموضوع بادئ ذي بدء.

فهذا الكتاب مقصود به أن يكون عوناً للشباب، ولقد مر الشباب بتجارب أقل مما مر به من هم أكبر منهم سناً، لمجرد أنهم أصغر منهم في السن بعدد من السنين، وأن لم يكن هذا ضرورة لازمة على الدوام، فيما أعلم. وعقولهم وشخصياتهم لا تزال تنمو، وهي ينبغي أن تواصل النمو في كل مراحل الحياة على وفق ما تقضي به الحاجة. ولكن، بالنظر إلى شبابهم، يتضاءل احتمال أصابتها بعيوب التكوين أو "الالتواء"، عما يحتمل في حالة من هم أكبر سناً ممن مرت بهم تجارب أكثر.

والشبان كذلك أقرب إلى سنوات طفولتهم، ويستطيعون أن يتذكروا التجارب المبكرة على نحو أكثر وضوحاً مما يتاح لمن هم أكبر سناً. وهم لذلك يستطيعون أن يزيدوا اقتراباً من فهم السبب في نواح معينة. مما يعينهم على إصلاح أي تطور غير

مرغوب فيه إذا ما تنبهوا لوجوده.

والشبان لا تزال الطريق مفتوحة أمامهم نحو الجزء الأكبر من حياتهم، ولهذا فإنهم هم الذين يستطيعون أن يجنوا أعظم الفوائد إذا تعلموا كيف يفهمون أنفسهم، فهذا يهيئ لهم الوسيلة ليقفوا بالمرصاد للانفعالات الضارة إزاء أحداث المستقبل، وليتحاشوا طغيان النجاح أو الفشل عليهم طغياناً يفسد حياتهم. لأن كلا منهما إذا زاد عن الحد المعقول، فإنه قد يصبح مصدر خطر يتهدد العواطف كما يتهدد سير العمل على السواء.

فإذا كان نموك سينتهي بك إلى شخص نافع سعيد، فإن هذا هو الوقت المناسب لتبدأ في محاسبة نفسك، وتبين نواحي خطئك، وتبذل جهدك لإصلاح كل شيء.

ولاشك في أنه ليس من السهل أبداً، أن تنتقل من الطفولة إلى حياة من بلغوا الحلم. فهي عملية شاقة قد يستغرق الفراغ منها بنجاح عدداً من السنين في بعض الأحيان. ولكنك إذا أدركت ما هو حادث في داخلك، وفي داخل الآخرين، فإن تلك المشقة لن تلبث أن يهون أمرها كثيراً.

وأعتقد أن الطريقة المثلى لتلخيص الأشياء التي تحدث لمعظم الناس، وللنتائج التي يمكن أن يخرجوا بها، هي أن نمضي خطوة فخطوة، في سرد قصة حياتك منذ أن كنت رضيعاً حتى الآن.

ولعلك تعجب فيما بينك وبين نفسك: كيف يستطيع رجل مثلي أن يخبرك بكل ما حدث في حياتك، في حين أننا لم نلتق بعد، أنت وأنا، حتى مجرد لقاء!

وكل ما أستطيع أن أفعل، هو أن أسجل عندي بعض المتاعب والمزعجات المشتركة، التي تؤلم معظمنا في عهد الطفولة وباكورة الحياة. وقد يكون بعض ما أسجله عندي خاصا بأشياء لم تكن قد أزعجتك، ولكنك لا ينبغي أن تهتم لهذا، لأنها قد تكون عوناً لغيرك، ولهذا يجب على ألا أغفل أمرها. ومن ناحية أخرى فمن الجائز أن

أغفل عن مشكلة معينة تسببت في مضايقتك. ولن يكون معنى ذلك أنها لم تتسبب في مضايقة آخرين سواك أيضاً، ولكن حقيقة ما حدث هو أنني نسيت أمرها مجرد نسيان مؤقت. وإذا حاولنا أن نرسم صورة عامة توضح كيف ينمو معظم الناس وكيف يتطورون، فإنك سندرك كيف نشأ ذلك العلم الجديد: السيكولوجيا، أو علم النفس.

وحين تجد فيما قمت أنا بتسجيله شيئاً يوافق أحداثاً في حياتك، وانفعالاتك إزاءها، فإنك ستدرك إدراكاً متزايداً، أين يصدق علم النفس، فضلا عن إدراك الطريقة التي بها يمكن أن تنتفع بمعرفتك لنفسك.

فإذا كان لهذا العلم قيمة ما، وأنا أعتقد هذا في قرارة نفسي، فإنه سيكون عوناً لك على أن تصلح "الانحرافات" الصغيرة في شخصيتك، التي ربما تكون قد نمت فيك من طريق تجاربك الشخصية.

وربما كان مثل هذه العقبات هو ما يحول بينك وبين أن تصبح شخصاً كامل الاتزان، قانعاً، نافعاً. بل أنها قد تحول بينك وبين فهمك الحقيقي لأسرتك، وللناس من حولك.

وإذا ما حدث احتكاك، فلن تتاح السعادة لا لك، ولا لأولئك الذين هم على مقربة منك، حيث أنكم تتبادلون التأثير في بعضكم البعض، على الدوام، كما أن كلا منكم جزء من تجربة الآخر في الحياة. وحتى إذا كان ما يزعجك مجرد شيء عادي شائع، كالخجل لدرجة تورد الوجنتين لدى دخول غرفة ما، أو انعقاد اللسان حين يقدمونك إلى شخص لا تعرفه، فأنني أرجو أن أوفق إلى تقديم العون إليك.

في غير مكان، وفي كل مكان.!

حين وجدت الآن أنني استعمل كلمة "إصلاح"، تذكرت ذلك الكاتب الواضح العميق "صامويل بتلر". لقد عاش في نهاية القرن الماضي، ولكن أفكاره كانت سابقة لعصره بصورة رائعة. ومن بين مؤلفاته كتاب عنوانه "ناكمال". فهل لاحظت أن كلمة

"ناكمال"، هي هجاء مقلوب لكلمة "لا مكان"، أي أن أحرف الكلمة الأولى إذا قرئت عكساً، أي من اليسار إلى اليمين، كانت هي نفس الكلمة الثانية؟

هذا الكتاب مسل للغاية، وأن كان "كوميديا" لاذعة السخرية من حضارتنا، التي بلغ فيها من أهمية الآلات أنها قد أصبحت فيما يبدو مسيطرة عليها تقريباً.

والكوميديا، لهذه المناسبة، هي عمل أدبي يضرب مثلا مسرفاً في المغالاة، بقصد إقامة الدليل على صواب فكرة معقولة. وبعض الكتب الحافلة بأقوى أنواع الفكاهة، وبالحكمة البالغة في آن، مكتوب بهذا الأسلوب. وفي كتاب "ناكمال"، يتصور "بتلر" بلداً يعتبر فيه المرض جريمة، في حين أن ما نسميه جريمة، يعتبر هناك مرضاً.

فوالد الأسرة المحترم، الذي يختلس أموال من يستخدمونه، لا يزج به إلى أعماق السجون، بل يسلمونه إلى "مصلح الأسرة"، أو "طبيب العقول" الذي عمله هو محاولة معرفة ذلك الاعوجاج في عقله الذي تسبب في خروجه عن الطريق المستقيم بتلك الطريقة، والقيام بعلاجه.

ومن المؤكد أن "بتلر" لم يقصد إلى أن يقول بصفة جدية، أن المرض ينبغي أن يعامل كجريمة، وأن كان إلى حد معين على حق، في أن المرض ينتج عن إهمال الناس أنفسهم، أو حماقتهم.

ولقد عمد إلى هذه الطريقة من قلب أوضاع الأشياء ليقرب إلى أذهان قرائه مدى القسوة في معظم ما يصدر عنا عادة من الأحكام الشديدة. لأنه غالباً ما يكون السبب في ارتكاب العمل الخاطئ كامناً في إصابة عقل مرتكبه بمكروه، بحيث أصبح ذلك العقل "مشوهاً" في ناحية ما.

وليس معني هذا أن العمل الخاطئ لا ينبغي أن يعاقب عليه.

فهناك ثلاثة أسباب توجب توقيع العقوبة في هذا العالم:

١– في حالة الأطفال بصفة خاصة، إذا أعقبت العقوبة العادلة عمل الخطأ، فإن

المخطئين قد يدركون أن الأثر متصل بالسبب، ومن ثم يقلعون عن ارتكاب الأخطاء.

٢- في المجتمع الإنساني، قد يكون عقاب المخطئ عبرة يستفيد منها الآخرون.

٣- العقوبة بمقتضى القانون، خير من القصاص بصفة شخصية. فإذا لم توجد العقوبة، فقد يتولى الناس الأمور بأنفسهم، مما يؤدي إلى حالة من الفوضى والعنف.

ولو أن عقول الناس سارت في السبيل القويم، ولم تتعرض للانحرافات على الأيام، لو في المجتمع شر كثير من الجرائم، ولما لجأ إلى إنزال العقاب بالمنحرفين. على أن الجريمة بصفة عامة، ليست هي القاعدة بل هي الاستثناء من القاعدة. ونحن الآن معنيون بالملايين من صغار المنغصات، والمظالم، وعوامل القسوة، وسوء التفاهم، التي يشقى الناس بها كل يوم حياة أنفسهم، وحياة الآخرين. والجريمة لا تمس حياة معظمنا إلا في النادر. أما الخلط، والمضايقة، ومجرد انعدام التفاهم، فإنها تمسنا جميعا في كل يوم. ومع هذا فإن معظم هذه العوامل لا داعي لوجوده، لو أن الناس كانوا يعرفون كيف يعملون على تقويم أنفسهم.

وعلى هذا سنحاول متابعة حياة عادية منذ البداية، بما قد يحدث لها من بوادر سوء الحظ. وبهذه الطريقة قد نعثر على بعض ما يرشدنا إلى خير ما يمكن أن نتبعه، كي نساعد أنفسنا. ولن يكون الأمر مقصوراً على أن يكون هذا نافعاً لك في حياتك وحسب، بل ينبغي أن يكون عونا لك أيضاً فيما بعد، حين يصبح لك أطفال من صلبك، على أن تفهمهم وتقوم بتدريبهم مساعدتهم.

وأنا أعرف من طبيعة الأطفال أنهم يكرهون السيطرة عليهم، ويحبون أن ينطلقوا على نحو ما يحلو لهم. ولا بأس بأن تكون الحال كذلك، وألا استحال فعل أي جديد. ولكن حذار من أن تقع في أي خطأ بهذا الصدد، فإن الوالدين والمعلمين يستطيعون استخدام خبرتهم العظيمة في الحياة، لمعاونة الأطفال، إذا توافر الفهم وحسن القصد

لدى الطرفين.

وفي بعض الحالات، للأسف، يتوفر القصد الحسن دون أن يتوفر الفهم الجيد. حيث يتسبب تخلفهم عن تطور الزمن، في احتمال تكريرهم لنفس الأخطاء التي وقع فيها والد وهم، في معاملهم وهم صغار. فهم قد نسوا ما كابدوا بأنفسهم، وما انطوت عليه تعاسات طفولتهم من مرارة لا حد لها. وهم لا يدركون ما طرأ على شخصياتهم من الانحراف بسبب قصر نظر الوالدين الصارمين، برغم ما كانا يضمرانه من قصد حسن. وهنا لا يلبث الوالدان أن يتساءلا عن سر نفور الأطفال منهما، وعدم التجائهم إليهما، التماسا للنصيحة والإرشاد.

ضع نصب عينيك على الدوام، أن الوالدين مخلوقان من البشر. ولهذا فإن لهما مواضع ضعف وقوة. فإذا كان الضعف متجها إلى ناحية إساءة معاملة أطفالهما، فلتتقبل الحقيقة بفهم جيد، وكن حريصاً على تقدير مواضع القوة فيهما: حبهما الأصيل لك، واهتمامهما الحقيقي بك.

وعلم النفس بعد كل شيء، علم جديد. والوالدين الذين لم يدرسوه من الكتب أو من واقع التجارب، هم أقرب احتمالاً إلى أن يصيروا –على نحو ما اتفق– أطفالاً كباراً، تصدر عنهم إزاء الحوادث انفعالات لا يعلمون كنهها.

ومن واجب الأب أو الأم أن يعي دروس الأبوة أو الأمومة. وفي نفس الوقت، يجب على الطفل أيضاً أن يتقبل الإرشاد الموضحة أسبابه، المبني على خبرة أطول بالحياة. وإذا اكتسب الوالدين والأطفال بعض الفهم للطريقة التي يعمل بها عقل كل منهم، نشأت بينهم ثقة حقيقية. حيث أن الوالد –أو الوالدة– يكف عن انتقاد ذلك المخلوق الذي لم يتم نماؤه بعد، والذي هو في ظل رعايته، فلا ينتظر منه الشيء الذي يزيد عن طاقته. كما أن الطفل يصبح على استعداد لقبول القيود الضرورية، فضلا عن النصائح.

ولقد كان من بواعث التسلية أنني وجدت إشارة إلى هذه الأشياء في قصة من

تأليف "دزرائيلي"، كتبها حين كان لا يزال في مقتبل شبابه، وحين كانت ذكريات طفولته لا تزال حية في ذهنه، بلا ريب. وفي هذا الكتاب، يصف البطل كيف عمدت زوجة أبيه إلى تهذيبه:

"بهذه الطريقة الحمقاء المصطنعة، استمرت في ترديد البديهيات السخيفة التي تحفظها عن ظهر قلب، وفي إسداء النصائح التي لا تنفع، والتي سبق الإلقاء بها إلى عقول جيلها، الغضة".. والجزء الهام بالنسبة لي، هو النصف الأخير من هذه العبارة، فإن دزرائيلي بحكم فهمه للكائنات البشرية، لم يلبث أن ألتقط الفكرة، من أن هذه الأم كانت تكرر نفس الأخطاء التي وقع فيها والداها من قبلها!

وهكذا ينبغي لك حين تنظر إلى ذات نفسك، أن تتذكر المقدرة العظيمة على فعل الخير أو فعل الشر، التي ستكون لك في المستقبل.فالكثير مما أنت عليه الآن، سبق أن قررته ظروف حياتك المنزلية، كما أنك ستكون مسئولاً إلى حد كبير، عما سيكون عليه أطفالك.

وفي نطاق دائرة دائمة الاتساع، سيكون امتداد نفوذك من طريق أطفالك إلى كل من يتصل بهم. بنفس الطريقة التي يمتد بها نفوذك الآن، إلى كل أولئك الذين هم على مقربة منك.

ولاشك في أن كلا منا عضو من أعضاء كيان المجتمع.فهل من الخير أن يكون الأمر كذلك؟

الفصل الرابع عشر

ماذا نعلم عن العقل علم اليقين؟

مما يساعدنا على إيضاح الأشياء في عقولنا، أن أضيف مجموعة واحدة كبيرة من الحقائق إلى الأشياء التي سبق لنا أن رأيناها مما اتفقت عليه آراء علماء النفس جميعا. وهذا هو وصف موجز "للأجزاء" التي تتكون منها عقولنا.

وينبغي لك أن تصدقه بغير ما دليل بصفة مؤقتة، وأن كنت أرجو أن تجد بعض الدليل حين تبدأ في استعراض تاريخ حياة الطفل العادي، الذي لا شذوذ فيه.

على أن أكبر دليل مستطاع، يتاح لك لو استطعت أن تدرك، أن هذه على وجه التأكيد، هي الأشياء التي تحدث في داخلك. ولا يسبق إلى ذهنك، لمجرد أنني قلت "أجزاء العقل" منذ هنيهة فقط، أنني قصدت بذلك إلى ما يشبه أجزاء "الآلة" مثلا. لأننا الآن، كما تذكر، لا نتحدث عن المخ، الذي يمكن فعلا من الناحية المادية تقسيمه إلى أجزاء.

وأنا حين أقول "أجزاء العقل"، فأنني أنما أعني بذلك شيئاً أقل تحديداً إلى درجة كبيرة: شيئاً لا يمكن تقسيمه. وقد يعيننا على أن نفهم، تشبيه تلك الأجزاء بثالوث موسيقي، فإن "البيانو والكمنجة والفيولنسيل" يلعب كل منها دوره، ليتألف اللحن الموسيقي منها جميعا، كمقطوعة واحدة. وعلى هذا ينبغي أن تتذكر أننا حين نتحدث عن "أجزاء العقل" فإنما نقصد إلى شيء مماثل لهذا، مما لا يمكن تجزئته، بل يكون مجموعة متكاملة، و.. وهنا أخشى أن يخذلني التشبيه بالموسيقى، حيث يعزف الجميع معا، وليس على انفراد أبداً.

وماذا تقصد، حين تتحدث عن "عقلك"؟

أنا أنتظر أن تقول: "الشيء الذي تفكر به".

وهذا صحيح إلى حد معين. ولكنه ليس كل الحقيقة.

أن الجزء من كيانك الذي يقول في نفسه: "أنا.. ماري جونز، فتاة لطيفة جداً". أو الجزء الذي تستخدمه حين تحصر تفكيرك في أداء واجبك المدرسي في المنزل، أو الذي يفضل كثيراً الذهاب إلى دار الصور المتحركة بدلاً من أداء الواجب المدرسي في المنزل على الإطلاق، هذا الجزء، هو "العقل الواعي". ونحن جميعا على بينة من وجوده فينا. على أن هناك أجزاء أخرى من العقل، لا نكون عادة متنبهين إليها. برغم أنها على جانب عظيم من القوة لا يمكن تجاهله. فهناك العقل الباطن مثلا، وهو بمثابة خزانة محفوظات الذاكرة، وفي هذه الخزانة "أدراج" موغلة في العمق حقا، ندفن فيها ذكرياتنا الأليمة والمخزية التي نفضل أن ننساها. وهناك أيضاً، الذاكرة الوراثية، التي هي جزء من العقل الباطن، الذي لازلنا على بعد سحيق من معرفة طريقة عمله. وأن كان يبدو أنه ينشط للعمل، بأسلوب مماثل لذلك الذي نرث به الخواص الجسمانية والعقلية عن أسلافنا. ويبدو أن عقولنا ترث مجموع كل ذكريات الأجيال الماضية، وأن لم ترث تفصيلات تلك الذكريات.

وهكذا ترى أن ما نطلق عليه اسم "العقل"، شيء جدير بالالتفاف إلى حد بعيد. ولقد شبهه البعض بجبل من الجليد، لأنه لا يمكن أن يرى من جبل الجليد سوى جزء منه، هو الطافي على سطح البحر. أما الباقي، وهو الجزء الأعظم، فإنه يظل مختبئاً تحت السطح. وعقولنا أيضاً، لها أعماق مختبئة.. فضلا عن الجزء العلوي منها، الذي نحن متنبهون له غير غافلين عن وجوده.

ولكل جزء من أجزاء العقل الخاصة، فائدته الخاصة، ويجب أن تتذكر أن الطبيعة لم تصنع شيئاً بغير ما قصد معين. وتنحصر المشكلة في أن معظم الناس لا يعرفون شيئاً حتى عن الطبقات "السفلى" من عقولهم، بصرف النظر عن معرفتهم أي شيء عن كيفية استعمالها.

فإذا أنت نصحت لأحد بأن يعرف كيف يعمل عقله، أو بأن يسيطر على عقله على الوجه الصحيح، فإنه لن يلبث أن يحمل هذا محمل الذوق السقيم، ويظن أنك تحاول أن تتهمه بالكسل. ومع هذا فإن ذلك الطراز من الناس، قد يكون أول من ينادون بحق، بأنك يجب أن تعرف كيف تفهم وتسيطر على أعمال جسمك.

ومعرفتك كيف تنظم عقلك، تقترن بأهمية مماثلة لمعرفتك كيف تقف منتصب القامة، أو كيف تتنفس من أنفك بل أنني لاعتقد أن الأولى هي الأهم، بمراحل ومراحل.

على أنه لا ينبغي لك أن تظن، أنك تستطيع أن تتعلم كيف تسيطر على عقلك على الوجه الصحيح، بمثل السهولة التي تقف بها منتصب القامة. ولتضع نصب عينيك أن الجزء العلوي وحده من العقل، هو "المنطقي" القادر على التعليل والموازنة بين مختلف الأشياء.

أما الجزء الباطن فإنه ليس منطقيا على الإطلاق. وكثيراً ما يتسبب في أن تصدر عنا أعمال لم يكن ليوافق عليها الجانب الأفضل فينا على الإطلاق. وحينما يتولى العقل الباطن قيادة الفرقة الموسيقية الثلاثية، فإنه لا يلبث أن يطغى على الشريكين الآخرين بسرعة فائقة، وبمزيد من القوة.

وهذا مثال لطريقته في العمل.

لقد خلق طفل ما، ليشعر بأن أمه لم تكن تحبه –والواقع أن هذا كان حقيقياً في تلك الحالة الاستثنائية لأنها لم تكن تحبه فعلا. وكانت النتيجة أن الطفل قد رد على هذا بشعور مماثل، فلم يحب أمه، حتى لا يجرح شعوره إعطاؤه حباً لن يرد إليه.

وفي سنوات النضوج، حتى بعد أن ماتت أمه، استمر رد الفعل الآنف الذكر، ولكنه انتقل من أمه وحدها، إلى كل الناس بصفة عامة، وإلى النساء بوجه خاص.

ومن الطبيعي أنه لم يكن سعيداً. كما أنه جعل الآخرين غير سعداء. وقصارى

القول أنه أصبح "عدوا للمرأة"، وعجز عن الزواج، وتأسيس بيت لنفسه وغيره.

ومن الواضح الآن، أن عقله الباطن لو كان منطقياً وقادراً على التعليل والموازنة، لكان في وسعه أن يقنع نفسه بتقبل حقيقة انعدام حب أمه له، ثم يسعد بعد ذلك بمنح الحب وقبوله بالطريقة العادية. ولما كان هذا الطفل حساساً، وبسبب أنه دفن في داخل نفسه رغبته الظامئة إلى الحب دون أن يعترف لنفسه بحقيقة الوضع الخاطئ، فإن أعمال خزانة المحفوظات في ذاكرته قد أصابها الارتباك. وحين التقى بأخريات من النساء فيما بعد، قام العقل الباطن، على طريقته غير المعقولة، باستحضار الذكرى السيئة، بحيث قرن مشاعر الشقاء القديمة بهؤلاء النساء الأخريات.

فإذا وجدت صعوبة في فهم هذا، فلنضرب مثلا آخر مألوفاً من حياتنا المنزلية، قد يساعدك على أن تدرك إلى أي مدى تترك الذكريات ندوبا من جراحات الماضي في العقل الباطن.

إذا كنت قد زرعت شجيرات اليقطين "القرع" مرة في حديقة منزلك، فلعلك في وقت ما قد اخترت واحدة من صغار ثمارها، وحفرت فيها الحروف الأولى من اسمك بسن عود من أعواد الثقاب. وإذا كان هذا قد حدث لك، فإنك تعلم أن الثمرة كلما نمت وكبر حجمها، كبر معها حجم الندب الذي أحدثته في سطحها بحفر الحروف الأولى من اسمك. وهذا الندب يكاد يتلاشى تدريجاً من الخارج فيما يظهر للعين، ولكنه يتضخم كثيراً من حيث اتساعه، عندما يحين وقت اقتطاف الثمرة. وعلى هذا النحو تماماً، تظل العلامات باقية في العقل، ولاسيما العقل الصغير السن. فهي قد تلتئم وتكاد تتلاشى من حيث المظهر الخارجي، (وهذا يعني أنها تندفع في أعماق العقل الباطن)، ولكن دائرة تأثيرها تظل دائبة في الاتساع.

وثمرة اليقطين هذه (أي القرع) لا تقوى على إزالة ندوبها ومحوها تماما في حين أننا نستطيع، إذا اجتهدنا في ذلك، أن تكون لنا المقدرة على أن نحول بين ندوبنا

العقلية وبين تركها تؤثر تأثيراً ضاراً في حياتنا. هذا هو ما أعنيه بقولي أن من واجبك أن تتعلم كيف تبحث دخيلة نفسك، وتعرف لماذا تفكر وتتصرف على نحو ما تفعل. فإذا أنت فكرت في الأمر تفكيراً كافياً، قد يتبين لك أن بعض أفكارك وتصرفاتك سببه عقلك الباطن، وليس عقلك الواعي. أي أنها أفكار وتصرفات غير معقولة، نتجت عن مواجع صغيرة ربما كانت قد أصابتك في سن مبكرة. فإذا استعطت أن تعود القهقري مع الأسباب حتى مصادرها، فإنك تقترب بذلك خطوة من اكتساب السيطرة التامة على عقلك. وربما فكرت بينك وبين نفسك، قائلاً: "يا ألهي! أن هذا العقل الباطل يسبب كثيراً من المتاعب، فما هي فائدته؟".

وعلى نحو ما قلت من قبل: لا يوجد في الطبيعة شيء غير ذي فائدة ،فالعقل الباطن يؤدي غرضاً عظيم الجدوى، لأنه يشبه "درج تخزين"، أو "خزانة محفوظات". وبفضله لا يضيع شيء أبداً مما يحدث لنا. بل هو يسجل وينحى جانباً بدقة، في العقل الباطن.

ولو أن ذكرياتنا جميعا كانت تحتل الجبهة الأمامية من عقولنا أي العقل الواعي، لتكدست واختلط بعضها ببعض، على نحو ما تكتظ خزانة الملابس بمحتوياتها الكثيرة التي تسودها الفوضى، بحيث لا تستطيع أن تضع يدك فيها على شيء تريده.

ومن أجل أغراض الحياة اليومية، يكون من المفيد جدّا أن تكون الأشياء النافعة مباشرة، حاضرة في العقل الواعي، في حين تكون البقية بمثابة "احتياطي" في العقل الباطن. وما دام كل منهما قائماً بأداء الغرض منه، فكل شيء يكون على ما يرام.

وإنما يحدث الضرر حين تتعرض بعض الذكريات الأليمة لضغط زائد عن العادة، بقصد إقحامها "خزانة المحفوظات"، وإنما يزداد الضغط لأننا نريد نسيانها. وبعد هذا قد يحدث أنها –تحت تأثير الضغط الشديد– تنطلق وتظهر من جديد، في وقت يكون ظهورها فيه آخر شيء نتوقعه، بل دون أن نلاحظ شيئاً، ومن ثم يكون لها أثر ضار على أفكارنا، وبالتالي على فعالنا.

وتتصل الذاكرة الوراثية بالعقل الباطن من قريب جداً. وتستطيع أن تسميها بالتأكيد "الدرج الأسفل"، أو "السرداب الأعمق". ولها كذلك فوائدها النافعة، ومساوئها الضارة، إذا لم نكن ندرك وجودها، ونحرص على السيطرة عليها. ونحن لا نلقي بالا إلى هذه الطبقة السفلى من العقل أبداً. وهي تعلن وجودها فيما يقال له "السلوك الغريزي". وفي الفصل الثاني عشر من هذا الكتاب رأينا أن كل الكائنات البشرية لها نفس الغرائز الأولية، كحوافز الحرص على سلامة النفس، وإيثارها، والصحبة، والنسل، والمعرفة. وهذه حاجات عرفها أسلافنا الأولون، في كفاحهم المرير من أجل الحياة. وذكراها تولد من جديد في كل عقل بشري، مدفونة في أعماقه السحيقة، ولكنها على أهبة الاستعداد لأن نستخدمها على الفور، بمجرد وجود المناسبة.

ونحن جميعا نحمل في أنفسنا ذكرى كل المخلوقات، منذ "الأميبا"، التي احتاجت إلى إيجاد الغذاء، والدفاع عن نفسها ضد الأعداء، وبقاء نوعها، ومشاركة مثيلاتها في التماس السلامة، واكتشاف مناطق جديدة، وطرائق جديدة للحياة. وحين تتأمل تاريخ الحياة الطويل المدهش، قد لا يبدو لك من العجيب أن كل هذه الغرائز على ما هي عليه من القوة في كل منا.

الصراع الرهيب الذي خاضت غماره تلك المخلوقات الأولى، وما لابد من أن يكونوا قد أظهروا من الشجاعة والمقدرة على مواجهة الصعاب، والطريقة التي بها رفضت الحياة أن يقهرها أي عامل من العوامل.. كل ذلك يجعل الإنسان فخوراً بأن يعيش، وأن يحمل مشعل الحياة، في قافلتها التي لا تتوقف عن السير.

لقد ترك لنا أسلافنا تراثاً رائعاً. ليس بالواجب المحتوم أن تضيع الثمين من وقتك وتفكيرك في كل مرحلة من مراحل عملية الأكل والهضم. لأن جهازك الهضمي يتولى أداء هذه العملية دون أن تفكر فيها لسبب واحد، هو أنها منذ ملايين السنين، كانت تتم بطريقة أليمة، مرحلة بعد مرحلة.

وإذا كنت تمشي في بعض أنحاء المنزل، وسقط شيء من السقف، فإنه لا يتعين عليك أن تكف عن السير، وتفكر، قبل إرسال تلك "الإشارات" إلى ساقيك وقدميك، بل تقفز من فورك مبتعداً.. وكل هذا سببه أن أسلافنا الذين عاشوا على الفطرة، كان عليهم أن يكونوا متيقظين على الدوام، لمظلان وجود الأخطار، وأن يسارعوا إلى تحاشيها، ليسلموا من القتل.

إذا طنت ذبابة على مقربة من عينيك، فإنك تغمضهما بطريقة "غريزية" على الفور، دون حاجة إلى التفكير في ذلك. والسبب في هذا أيضاً، هو أن عادة الاحتماء بهذه الطريقة، قد تكرر تعلمها مليون مرة في كل عام من الأعوام التي انقضت قبل أن تخطر فكرة مولدك على ضمير الزمن!

وهذه هي الفوائد الصغيرة، التي نجنيها من الذاكرة الوراثية، التي لها أخطارها أيضاً.

إن الطلائع الأولى من الجنس البشري، وما سبقها إلى الوجود من صور الحياة الأخرى، قد تعلمت كيف تعيش في مدرسة شديدة القسوة. فهي –لكي تبقى على حياة نفسها– كثيراً ما كان يتعين عليها أن تنتزع حياة أخرى. ولكن تحصل على طعامها، كثيراً ما كان يتعين عليها أن تغتصب طعام مخلوقات غيرها، دون أن يهمها إذا ماتت هذه أو بقيت على قيد الحياة.

وهذا هو السر في أننا نتحدث عن "شريعة الغاب" أو "التوحش".

وهنا، فيما اعتقد، يكمن الأصل في "الأنانية"، ففي كل منا حافز إلى تقديم النفس على الغير، وهذا جزء من الذاكرة الوراثية في كل منا.

وكما أن كل كائن بشري لابد أن ينمو، من طريق اجتيازه مراحل معينة محدودة المعالم، فكذلك لابد للجنس البشري من أن ينمو أيضاً. وعلينا اليوم أن ننسى درس الماضي، وأن نتعلم كيف نعيش معا في جماعات كل من فيها يعمل لخير الجميع.

وبصرف النظر عما إذا كانت الأنانية تتجلى في صورة هياج قاتل، أو مجرد جشع محض، أو شذوذ عن المعقول، فإنها حين تنطلق من ذاكرتنا الوراثية، من طريق العقل الباطن، وتدفع بنا إلى فعل أشياء جديرة بأن يستنكرها عقلنا الواعي لو سمحنا له بذلك، فهنا يجب أن نكبح جماح أنفسنا.

وأنت تعلم، وأنا أعلم، أن هذه المناسبات تتجدد كل يوم بالنسبة لكل منا.

وعلى هذا ينبغي أن تذكر على الدوام، ذلك "الثلاثي" الذي يعزف موسيقى عقلك المركبة.

وحاول أن يسود الانسجام، وأن يحرص كل من العازفين على صحة النغم.وإذا استطاع كل إنسان أن يعرف ما هو ضروري وأن يبدأ في بذل غاية جهده بما يتفق مع ذلك، فإن العالم لن يلبث أن يتخلص من الشطر الأعظم من سوءاته.

إن دخيلة أنفسنا، لا الأشياء الظاهرية، هي التي يجب إصلاحها أولاً، لتحقيق الخير لنا وللآخرين.

الفصل الخامس عشر

الوفود إلى العالم

هل خطر ببالك مرة، أن تتساءل: ما هي "أفكار" الطفل، عن مولده؟ وأنا استعمل كلمة "أفكار" هنا، بطريقة خاصة، لأننا نعلم أن الطفل حديث العهد بالميلاد، لا يكون متنبها إلى "التفكير"، على نحو ما تفعل أنت، وأفعل أنا.

ومع هذا، فإن الطفل له "مخ"، وأن كان لا يزال ناقص النمو، فهو يحتوى على القوة التي تمكنه من التوسع والنمو.. كما أن له عقلاً، مثلي ومثلك، يعتمد على جميع المستويات الثلاثة: الواعي، والباطن، والذاكرة الوراثية.

وأنت تعلم أن أطفال القطط والفئران حديثة العهد بالولادة، تولد وأعينها لا تزال مغمضة. أما الطفل الآدمي فإنه يولد بعينين مفتوحتين، ولاشك في ذلك، ولكنه لا يستطيع قبل مرور بضعة أسابيع، أن يرى الأشياء بمثل الوضوح الذي يراها به الأطفال المتقدمون عليه في السن، فضلا عن الكبار. ويتعين على الطفل أن يتعلم كيف يستخدم عينيه. فعليه أن يتعلم كيف يركز نظراتهما، على نحو ما يتعلم الطفل، تماما، كيف يستخدم عقله –لاسيما الطبقة العليا منه، أو العقل الواعي، التي سيتطور أمرها مستقبلاً، بحيث يبدو أنها الجزء الأعظم فائدة من كل ما عداه.

والواقع أنك إذا كنت طفلاً صغيراً، فإن نفس أجزاء عقلك التي هي مخبأة الآن إلى أبعد حد، ليس عن الناس فقط بل عنك أنت أيضاً، كانت في ذلك الحين هي الأكثر ظهوراً. وإلا فكيف عرفت كيف تحاول أن تستخدم عينيك، أو ترضع من ثدي أمك، إذا لم يكن هذا بفضل عمل ذاكرتك الوراثية، التي لم تعد تشعر بوجودها؟

ولما كنا قد وصلنا إلى فهم أن كل الانطباعات الباكرة يمكن أن تترك علامات لا تمحى في عقل الطفل، فإن علماء "العقول" قد ظلوا يساءلون أنفسهم: ما هو مدى

المسارعة إلى البدء في تسجيل تلك الانطباعات في عقل الطفل حديث العهد بالولادة؟

وأنا لا افترض أنك تستطيع أن نتذكر أشياء حدثت لك في غضون السنوات الأولى من حياتك. ولكن، في سياق الاختبارات التي قام بها بعض علماء "العقول" والتي أطلق عليها اسم "التحليل النفسي"، وجد بعض الناس أنهم يستطيعون أن يتذكروا أشياء وقعت لهم، حتى مذ كانوا رضعاء لا يزالون يحملون بين الأذرع. وهكذا انتهى علماء العقول إلى الاعتقاد بأنه حتى الانطباعات الأولى نفسها، منذ ساعة الميلاد، بل قبلها، تترك علاماتها في عقل الطفل الجديد.

ولا بأس بأن تفكر في تلك الأشهر الطويلة الدافئة، التي قضيتها راقداً تلك الرقدة المريحة الهادئة، في رحم أمك، حيث كان كل حاجاتك مقضياً، وحيث لم تعرف أبداً معني البرد، أو الجوع، أو الجهد. وأنه ليبلغ من عمق تأثر معظمنا بهذه الذكرى الدفينة منذ عهد طويل، والمتخلفة عن ذلك الدفء وتلك الراحة، أن الأغلبية العظمى من الناس حين يرقدون في مضاجعهم، تنثني أجسامهم، بحيث تتخذ وضعا مماثلاً لوضع الجنين في الرحم، فترتفع الركبتان، ويتقوس الظهر، وتلتف الذراعان أحداهما بالأخرى.

عندئذ، بعد كل هذه الراحة وهذا الدفء وذلك الأمن، بمجرد أن تحين ساعة مولدك، فعلى حين غرة بدأ يتقوض ذلك العش الدافئ الوثير الذي كان يؤوي الجنين. كما بدأت عضلات أمك القوية التي احتملت ثقلك المتزايد كل ذلك الوقت، تدفعك بعنف إلى خارج مضجعك المريح.

وهكذا حضرت، ورأسك يسبقك، إلى جو هذا العالم، الذي لاشك في أنه كان يبدو لك بارداً، عارياً، أول الأمر. ولعلهم في تلك الساعة قد أمسكوا بك ورأسك إلى أسفل، من قدميك، ثم صفعوك في غير عنف، ليشجعوك على أن تستنشق أول أنفاسك.

وأي عجب في أنك انتحبت؟

إن إخراجك من الظلام الدافئ إلى النور البارد، وإرغامك على استنشاق أنفاسك بنفسك، وعلى بذل الجهد لامتصاص غذائك، وهضمه، والتخلص من "نفايات" جسمك.. كل ذلك يجعل من غير المستغرب أن يتجمع لديك، ويبقى في أعماقك، بعض الانطباعات، عن ذلك الحادث الجسيم. ولعل الطبيعة كان لها هدف تقصد إليه.

إن الطفل الذي كان في دنيا الهمجية الأولى، أضعف من أن يعيش، كان من الجائز أن يستقر رأيه على ألا يواجه الحياة القاسية، ومن ثم يكون قد مات، لأنه كان عاجزاً عن مواجهة الأخطار التي لم يكن له مقر منها لو أنه عاش.

ومن الناحية الأخرى، فإذا كان المجهود الذي يقتضيه الميلاد، كما نعتقد الآن، من شأنه أن يترك أثراً في عقل الطفل، كان هذا شيئاً نافعاً كذلك. لأنه يساعد الطفل على التأهب لاحتمال المتاعب والأخطار، عندما يبقى على قيد الحياة.

ومعظمنا بعد صدمة الميلاد الأولى، يجد أن الدفء والراحة تحت تصرفه من جديد.. حيث نلوذ بذراعي الأم، ويحيط بنا حبها من كل جانب. والآن، يخيل لي أننا لاحظنا من قبل، أنك عندما كنت طفلاً صغيراً، لم تدرك في بداية الأمر ما هو الفرق بينك وبين الآخرين من الناس. وهذا شيء طبيعي تماما،لأنك بكل تأكيد، حينما كنت في رحم أمك، كنت لا تزال جزءاً منها. وبمجرد خروجك من ذلك العش، تعين عليك، على نحو ما، أن تتعلم كيف تستخدم عينيك، وكذلك كان عليك أن تستخدم عقلك المفكر. ومن مراحل هذا التطور، أن تدرك أنك أصبحت شخصاً منفصلاً بذاته عن الجميع.

وفي الوقت نفسه، فإنك على نحو ما كنت تشعر به وأنت في الرحم، من عدم الشك في توفر الدفء لك، مع الراحة وحسن التغذية من دم أمك، فكذلك لم يساورك أي شك بعد أن ولدت، في أنك سوف تظفر بالدفء والراحة والغذاء الحسن.

وبعبارة أخرى، فإنك حين كنت في الرحم، كان لديك إحساس داخلي عميق – ولو أنه لم يكن في وسعك أن تفكر بالأمن، وبأنك موضع العناية. وبعد الميلاد أيضاً، استمرت حاجتك إلى السلامة، أو "الأمن"، وإلى أن تكون موضع العناية، أو "الحب".

وهذه الانطباعات الأولى تترك في عقولنا جميعا أعمق العلامات، حتى أن تلك "الحاجات" تلازمنا مدى الحياة. وإذا لم يظفر الطفل في مرحلة نموه بما ينبغي أن يظفر به من الغذاء والعناية، فإنه ينمو وفيه اعوجاج ما. وبهذه الطريقة نفسها، يدرك الاعوجاج العقل النامي إذا لم يظفر بما يتيح له الشعور بالأمن، والإحساس بأنه محبوب.

و"الأمن" يتضمن أشياء متعددة. فمن معانيه "سلامة الجسد"، وهو كذلك يعني "السلامة المعنوية"، أي التأكد من أن الحياة ستكون هادئة يسودها النظام، وأنها ستتبع نهجاً خاصاً مرسوماً، بحيث لا يحدث فيها الكثير من الصدمات. وشعور الإنسان بأنه محبوب، هو فيما يغلب على ظني، واضح لا يحتاج إلى أي شرح. وينبغي لك أن تذكر على أي حال، أنه يتضمن فرصة إعطائك الحب في مقابل ما تأخذ منه. وبعبارة أخرى، أن تعتبر نفسك أنت ومن تحبه ويحبك شخصاً واحداً. كما كان عليه الحال بين الأم وطفلها، في بداية الأمر. وبغير الحب والأمن، يشرف الكائن البشري على الهلاك، وتضوي شخصيته على نحو ما تصاب أطراف جسم الطفل بالالتواء، بسبب قلة الغذاء.

ولنفترض أنه لسبب ما، حينما كنت طفلاً صغيراً، أصيب شعورك بالأمن بصدمة. حيث نتج عن تركك لعناية امرأة جاهلة، بدلاً من أخرى معقولة التدبير، أنك حرمت التغذية المنتظمة في مواعيدها المقررة. فإما أن يكون الطعام قد فرض عليك برغم إرادتك وأنت لا تشعر بجوع، وأما أن تكون قد اضطررت راغماً إلى الانتظار، صارخاً، حيث كنت!

وكانت أول نتيجة لما حدث، بالتأكيد، هي اختلال أعمال جسمك: فالهضم قد اضطرب، وأصبحت أنت طفلاً كئيباً هزيلاً بسبب سوء التغذية ، بل إنه قد وقع ضرر أبلغ من هذا، وأطول أجلاً. لأنك قد تخلف فيك التأثر بأن هذا العالم مكان خطر، مجهول العواقب، لا سلامة فيه، ولا حب.

وهكذا تنشأ طائفة "المحترزين" من الناس، الذين يخافون الأقدام على أي جديد من الأعمال، والذين يطاردهم على الدوام، شعورهم بأن شيئاً كريهاً لن يلبث أن يحدث بين لحظة وأخرى ، وإذا كان من المحقق أن هذا ليس بالسبب الوحيد الذي يمكن أن تنجم عنه تلك الحالة العقلية، فإنه واحد من أسبابها. وإذا كان هذا قد حدث لك؛ وعجزت حتى الآن عن إدراك السبب في خوفك الدائم من الأشياء، فإنه لم يكن بوسعك أن تبدأ في تعديله، لأنك لم تكن متنبها إلى الإطار المحيط بحالتك العقلية.

وما أروع عبارة "الحالة العقلية" في مثل هذه الظروف!

فكأنما طرأ على الإطار المحيط بالعقل انحناء أو التواء، نتج عنه إخراج العقل عن وضعه الطبيعي ليتسنى له أن يتلاءم مع الإطار بعد أن طرأ عليه ما طرأ.

وبعد، فلكي نتجه بتفكيرنا نحو الحاجة إلى الأمن، تصور أنك في طفولتك كنت ضحية عمة أو عم يغلب عليهما المرح الأحمق، إلى حد أنهما كانا يهزانك بغير رحمة، أو يقذفان بك إلى السقف.

وما دامت أيديهما قوية وثابتة الحركة، بحيث تشعرك بالأمن، فإن الأمر كان مزاحاً لا غبار عليه. أما إذا أنت فقدت –ولو لحظة– شعورك بالأمن، وثقتك التامة بأنك لن تترك لتسقط على الأرض، فهنالك تحدث مأساة من الخوف ربما كانت قد تركت فيك علاماتها حتى يومنا هذا.

ومع استثناء واحد، لا اعتقد أن في الإمكان منح الطفل أكثر مما ينبغي من الحب.

وفيما بعد، على نحو ما سوف نرى حين يجيء دور الحديث عن طفولتك، يمكن أن يكون من أضر الأمور بالطفل الأكبر سناً أن نغمره بسيل جارف من الحب. وأن كان الأمر يختلف عن ذلك بالنسبة إلى الطفل الصغير.

ولما كنت لا تزال قريباً جداً من ذكرى الدفء والأمن في "عش الرحم"، فإنك لم تتعلم بعد أن تنظر إلى نفسك باعتبار أنك كائن مستقل بذاته. ولهذا كان الحب طبيعياً وضرورياً، لأن أمك وأنت، لا تزالان فيما يبدو كياناً واحداً. ولننظر الآن إلى ذلك الاستثناء الواحد الذي أشرت إليه منذ لحظة، فالأم التي تحب طفلها أشد الحب، تكون ميالة غالباً إلى الإذعان عندما يبكي، حتى إذا تعارض ذلك مع النظام المتبع في تغذيته. والطفل لا يبكي عادة بغير سبب. فإذا كنت أنت كثير الانتحاب، فإنه يكون من حكمة أمك أن تنظر إذا كان قد وخزك دبوس، أو كنت بحاجة إلى تبديل لفائفك، أو كان هناك شيء آخر يزعج راحتك.

فإذا لم يكن ثمة أي سبب حقيقي، فيؤسفني القول بأن السبب في انتحابك، كان مجرد انحراف المزاج، وتذكر أنك وأنت طفل صغير، كنت تتعلم استخدام عقلك. فلما عرفت الانتحاب، فقد يكون من بين الأشياء الأولى التي تعلمتها، أنك تستطيع أن تحصل على رغباتك، بحيث تحمل وتأرجح، ويقدم لك الغذاء أيضاً، إذا أحدثت ما يكفي من الضجة!

فإذا أذعنت أمك لرغباتك عند ذاك، بدافع من تضعضع الأعصاب أو فرط الحب، فإنك لن تقلع عن الانتحاب بعد ذلك.

ولقد أتيح لنا جميعا لقاؤهم، أعني أولئك الأطفال والكبار، الذين يظنون أن كل ما عليهم هو أن يثابروا على الضجة والعويل، لينالوا ما يريدون. وهم أناس لا يسرنا أن نجتمع بهم. ومع هذا فإنني أرثي لحالهم. فليس في وسع أي إنسان له قيمته أن يحتملهم إلى أجل غير مسمى، وسرعان ما سوف يجدون أنفسهم آخر الأمر، بغير أصدقاء.

ولكي تأخذ شيئاً، يجب أن تعطي شيئاً، ولكي تنال تقدير الآخرين، يجب أن تمنح الآخرين تقديرك. وبسبب حماقة أمهات مدمني الانتحاب، فإنه يتعين عليهم أن يمروا ببعض التجاوب التعسة، قبل إزالة الضرر الأصلي الذي حاق بعقولهم.

ومعظمنا يتاح له من الحب كل ما يحتاج إليه، ونحن في مرحلة الطفولة. على أنه قد يحدث في بعض الأحيان، أن يشعر طفل بأنه غير محبوب، أو ليس موضع الاهتمام، وكلاهما في نظر الطفل يماثل الآخر. وقد تقول امرأة أنها تحب طفلها، وتصدق أن هذا حقيقي. ولكنها إذا لم تمنحه الاهتمام والرعاية الحقيقتين، كانت تخدع نفسها، وحسب.ومع أنها تستطيع أن تخدع نفسها، كما قد تخدع أشخاصاً كباراً آخرين، فإنها لا تستطيع أن تخدع الطفل، لأنه سيعرف الحقيقة.

والآن، فلنفترض أنك كنت طفلاً مفتقراً إلى الحب.

ولعلك كنت مخطئاً في تأثرك بهذه الفكرة. فربما كان أبوك كثير الانشغال بعمله. كما أن أمك –وهي تمتاز من بين والديك بأهمية حقيقية في السنوات الأولى من الحياة– ربما كانت مرهقة بالعمل، ثقيلة الأعباء. على أنني اعتقد أن غرائز الطفل الصغير قلما تخطئ وجه الصواب في هذا الأمر.

ومع هذا فإنك كطفل محروم من الحب، قد يموت على تعاقب أيام الطفولة، ولديك فكرة ملازمة لك باستمرار، هي أن العالم مكان بارد موحش، وأن الحياة فوق ما تستطيع أن تحتمل.

وأنت نفسك لا تعلم من أين جاءت الفكرة. بل أن كل ما تعلمه هو مجرد أنها تضخمت في رأسك. وكل ما حدث، فكأنما كان بمثابة دليل على ذلك.

وفيما بعد، حين يصير لك طفل، فأنك قد تحاول التعويض عما مضى. وأخيراً، تقول أعماق قلبك: لديك شيء يخصك –تستطيع أن تمنحه الحب الخالص، حتى لا تفكر في شيء سواه.

وإذا لم تلزم جانب الحذر، فإنك يمكن أن تغرقه في بحر خضم من الحب، حتى بعد أن يبلغ المرحلة التي يجب فيها أن يتعلم الوقوف على قدميه.

وهكذا ترى كيف أن الأخطاء تسفر عن نتائج لا نهاية لها. وهذا هو المعنى الحقيقي للعبارة المأثورة، التي تشير إلى خطايا الآباء وما يصيب الأبناء من جرائها. وهذه العبارة ليست وصية مقدسة، ولكنها تقرير حقيقة.

وعلى هذا النحو ينشأ أطفال ضعيفو الإرادة يخافون الابتعاد عن أذيال أمهاتهم، ولا يستطيعون أبداً أن يروا في الحياة أي بهجة أو مغامرة. وهذا هو النتيجة الختامية للاعوجاج الذي أصاب عقل تلك الأم، عندما كانت هي نفسها طفلاً محروماً من الحب.

كلا. ليست النتيجة الختامية، لأن ذلك الطفل بعد أن يصاب باعوجاج خاص مختلف، سوف يرتكب أخطاء أخرى حين يصبح بدوره أبا أو أما.

ولعلك قد تساءلت عن السبب في أن يصبح بعض الناس ميالين إلى السيطرة على غيرهم إلى حد بعيد. و"الحماة" التي تضرب بنوادرها الأمثال السائرة، مثال لتلك السيطرة من جانب ذلك النوع من النساء، الذي يبدو أن الواحدة منه لا تستطيع أن تترك ولدها وزوجته يعيشان حياتهما الخاصة، بل تصر على أن تقوم هي بتدبير شئون تلك الحياة بدلاً منهما.

وربما كانت في كثير من الأحوال أما قد حرمت في طفولتها من الحب، ثم أخطأت حين ركزت أشد الحب في ولدها، بحيث لم يعد في وسعها قبول الحقيقة الواقعة، من حيث أنه قد أصبحت له الآن حياته الخاصة التي يتولى تدبير شئونها بنفسه.

ولعله مما يسهل عليك فهم الآخرين أن تتذكر أن من المحتمل جداً، أن تكون أساليبهم التي تضايقك، سببها بعض أمثال تلك المآسي المبكرة. أن أي شخص كامل الاتزان، راضي النفس، لا يمكن أن يبذل وقته في انتقاد الناس، والحكم عليهم بما

يشينهم، والتدخل في شئونهم. لأنه يكون في شغل شاغل، من تدبير شئون حياته الخاصة المنظمة على خير وجه.

ولقد تحدثنا حتى الآن عن طفولتك، وقصرنا الحديث على تلك الفترة، التي كان يبدو فيها لعقلك الذي لم يعرف التركيز بعد، أنك كنت فعلا جزءاً من أمك. وبعد ذلك لم تلبث أن أدركت شيئاً فشيئاً، أنك "أنت". ولابد أن هذا كان حدثاً مثيراً جداً أيضاً بالنسبة إليك: البدء في تمييز الناس الآخرين، واستيقافهم إياك بطرائقهم المختلفة، والاهتمام بمعرفة أصواتهم ووجوههم.

ومعرفة الآخرين قد جلبت معها الحاجة إلى تعلم احترام حقوق الآخرين، والعمل على تجنب إقلاق راحتهم. وبالاختصار، كان عليك وأنت لا تزال طفلاً، أن تتعلم "السلوك الاجتماعي".

والنمو يتألف في معظمه من إدراكنا أننا منفصلون عن الآخرين، وأننا مع ذلك بعض منهم. ويجب علينا أن نكتشف كيف نكون أفراداً يعتمدون على أنفسهم وكيف نعيش بحيث لا نضايق أو نؤذي الآخرين، في سير موكب حياتنا.

ويجب أن نفعل من أجل الآخرين ما نحب أن يفعلوه من أجلنا. لأن هذه الطريقة العملية الوحيدة، التي بها يستطيع بها كل منا أن يعيش على مقربة من الآخر، كما نعيش الآن، في مجتمعاتنا الحديثة شديدة الزحام. وحين تتعلم الشعوب كيف تعيش على هذا المبدأ، فإن العالم سوف ينعم بالسلام الحقيقي لأول مرة في تاريخه الحافل بالاضطراب.

وحتى أصغر الأطفال، كما كنت أنت في يوم ما، يجب أن يبدأ مبكراً بقدر المستطاع، في استيعاب هذا الدرس. ولعلك لا تذكر ما كان من أمرك، أما إذا كانت لك أخوات وأخوة أصغر منك سناً، فلعلك تدرك مدى الأهمية في أن الطفل يجب أن يدرب على هضم طعامه ويتخلص من فضلات جسمه في أوقات منتظمة.

ولهذا سببان:

الأول هو صحة الطفل نفسها، والحرص على بقائه بخير حال. فإنه يجب ألا تتعرض وظائف أعضاء جسمه الداخلية لاختلال النظام كيلا يحدث التسمم بالمواد الزائدة عن حاجة الجسم. ومراعاة للأثر المنطبع في عقله الصغير السن، يحسن أن يتعود عادات منتظمة على وجه عام. والسبب الثاني هو راحة الناس الموجودين حولنا. فمن الواضح أننا لا نستطيع أن نعيش حياة جماعية نظيفة صحية، إذا فعل كل منا ما بدا له مما يؤذي الآخرين، في أي وقت يشاء، وفي كل مكان يريد. وأنت حين كان عمرك أياماً لم تتعلم هذا بالتأكيد، بل أنك لم تكن لتنتبه إلى ما كان يصدر عنك قط، مما ينظر إليه الكبار نظرة "خاصة"، إلا فيما يعني شعورك بالارتياح لخروج الفضلات من جسمك. ولكن، كان عليك أن تتعلم، حيث كانت أمك العاقلة تقودك إلى الوعاء الصغير، وتشجعك على تنظيف جسمك، وتثني عليك وتشكرك، بعد انتهاء تلك العملية...ولقد كان هذا على ما ينبغي. لأنه كان تشجيعاً على العادات المنتظمة، التي هي ضرورية تماما لصحة الجسم وهدوء العقل. ومن الأهمية بمكان مماثل أنه أوضح لعقلك الطفل أنك يجب أن تستعمل قوتك الماهرة في استخراج المواد القذرة من جسمك. وهو أول شيء –على ما تذكر– يقوم الطفل بفعله، ولهذا فهو مهم بالنسبة إليه، إلا إذا لم يتسبب في مضايقة الآخرين.

وقد يكون الطفل لا يزال أصغر من أن يعي درسه كما ينبغي. وقد لا تكون سيطرته قد كملت بعد، على عضلاته الداخلية. ومن الناحية الأخرى، قد يكون في عقل الطفل سبب لتصرفه بتلك الطريقة. وفي الأحوال الطبيعية، يستجيب الطفل للتدريب على العادات المتصلة بالنظافة الشخصية مبدياً نفس الاستعداد الذي يبديه الجرو الصغير، إذا بدأت بتدريبه مبكراً على الطريقة التي يجب عليه أن يتبعها، ولكن هناك حالات غير عادية.

ولقد عرفت مما تقدم، كيف أن الطبقة الدنيا من العقل، أي العقل الباطن،

تتسبب أحياناً في فعلنا أشياء لم يكن العقل الواعي ليوافق عليها أبداً..والرضيع، أو الطفل، لا يمكن أن ننتظر منه أية سيطرة على مثل تلك الحوافز. وهناك الكثيرون جداً من البالغين الذين لم يتعلموا ذلك، أيضاً.

ولنفترض إذن، أن طفلاً يشعر بأنه غير مستريح لسبب ما، ربما كان شخص ما قد أمسك به بطريقة تضايقه. وربما حدث له من قبل أن شخصاً ما قد حمله وأمسك به بطريقة مشابهة سبق أن تضايق منها.. فقد يستطيع الطفل بكثير من السهولة أن يعبر عن اعتراضه، بتبليل حجر الشخص الذي يضايقه!

كذلك عرف عن بعض الأطفال الكبار، أنهم يبللون فراشهم، غالباً أثناء النوم. وهنا أيضاً، قد يكون الضعف الجسماني هو السبب. وإلا، كان معنى ذلك أن بعض الاضطراب في عقلهم الباطن هو السبب في أنهم يفعلون هذا العمل، الذي يعد من الناحية الاجتماعية عملا غير لائق، على سبيل الانتقام، دون موافقة عقولهم المفكرة.

وحين يحدث تبليل الفراش أثناء النوم، يكون هذا هو السبب في حدوثه، بصورة أوضح. فسيطرة العقل المفكر قد تضعضعت، بحيث أن الطفل الذي لم يكن ليفعل ذلك أبداً في يقظته، تخذله تلك الطبقة الدنيا من عقله، وهي طبقة مدفونة في أغوار سحيقة، ولكنها على جانب من القوة.

ولما كان الطفل لم يقصد بتفكيره إلى إزعاج أحد، فلا جدوى من أن يعاقبه أحد الوالدين، أو حتى يؤنبه مجرد تأنيب، في مثل تلك الحالات. بل أن التأنيب في الواقع يكون غير عادل أبداً، وقد يكون ضاراً، حيث يشعر الطفل بالخجل والذنب.

والشيء الوحيد الصائب هو محاولة معرفة الشيء الذي يزعجه في أعماق عقله، والعمل على صلاحه –وقد يفوق ذلك من حيث الأهمية، أن الوالد أو الوالدة يجب أن يسأل نفسه عن الخطأ الذي يرتكبه في تربية طفله.

الفصل السادس عشر

تعود العالم

أما وقد أدركت أنك أصبحت الآن كائناً منفصلاً عن أمك، فإنك قد اكتشفت شيئاً فشيئاً أنك أصبحت جزءاً من أسرة. والشكل الحقيقي للبيت، قد أصبح واضحاً بالتدريج. فقد تعلمت أن تعرف الغرف. وبعد مضي بعض الوقت، بدأت تقوم باستكشافات مثيرة لما حولك.

وهنا أيضاً، إذا كان لك والدان يحسنان التقدير، فإن قوانين الأمن والحب، قد تحكمت في حياتك. ولهذا لم تكن عرضة لأي خطر جسيم، كما أنك عرفت إلى أين تهرب من المتاعب.

وفي نفس الوقت، لم تكن أنت بالشخص الوحيد الذي يتعلم. ولو كان والداك عاقلين حقا، فلابد أنهما كانا يتعلمان أيضاً، خصوصاً إذا كنت أنت طفلهما البكر.

فلقد تعلما فعلا أن يحولا بينك وبين البكاء والانتحاب، إذا كنت قد أبديت شيئاً من البوادر الدالة على احتمال ذلك. والآن أصبح عليهما أن يبدأ في وعي ذلك الدرس الذي كثيراً ما يصعب على الوالدين وعيه، وهو تركك لترتكب أخطاءك.

والحب الزائد عما ينبغي، يمكن أن ينجم عنه من الآثار السيئة مثل ما قد ينجم عن الحب الذي يقل عما ينبغي. وقد يكون من الصعوبة بمكان بالنسبة إلى أم– أو أب– تحب طفلها، أن تدرك أن طفلها يجب أن يقع مرات قبل أن يتعلم المشي على قدميه.

والأطفال قد يقاسون الأمرين من جراء إرغامهم على الطاعة بأسرع مما يتفق مع

طبيعتهم، ومن جراء تقييد حريتهم. والطفل الذي تريده أمه الفخور به على أن يصبح طفلاً نموذجياً في جيرتها، قد يكبر وله ساقان متقوستان لأنها حاولت إرغامه على النهوض بجسمه المكتنز قبل الأوان بوقت طويل. وفي الناحية الأخرى، نجد الأم التي لا تحتمل رؤية طفلها وهو يقع على الأرض، قد تمنعه من محاولة المشي على قدميه فترة تطول كثيراً عما ينبغي. وقد يسبق إلى ذهنك أنه لا ضير في ألا يتعلم الطفل المشي، حتى يبلغ عامه الثاني.

وأنا أوافق على هذا، إذا كانت هذه هي طبيعته. أما إذا كان في الأصل طفلاً مجبولاً على حب المغامرة، فإنه بسبب استمرار الاهتمام الزائد به والخوف الدائم عليه، قد تنشأ عنده فكرة توحي إليه بأنه "قابل للكسر" إلى درجة تفوق المعتاد، فضلا عن أنه "شيء" ثمين جداً، فلا يلبث أن تزول عنه شجاعته الطبيعية. وهكذا حبوت، ثم تعثرت، ثم مشيت، وأردت أن تعرف إذا كانت النار تحرق كما قيل لك.. فعرفت. كما أن المشاحنات مع أخوتك وأخواتك، ومع أطفال الجيران، قد علمتك، تدريجياً، أن الآخرين لهم الحق أيضاً في رغباتهم وفيما يملكون، وهو حق مماثل لحقك سواء بسواء. وتتسع آفاق تفكيرك شيئاً فشيئاً، حتى تشمل بيوت الآخرين وعائلاتهم فتظل تتعلم، وتتعلم، بصورة دائمة.

الفقر والطفل

كيف كانت الحالة في البيت الذي نشأت فيه؟ وماذا كنت نتيجة مقارنتك بينه وبين البيوت الأخرى؟ فهذا من الأشياء التي ربما ترك في نموك أثراً عميقاً غاية العمق.

ونحن لا نعيش في عالم منزه عن العيوب، بأي حال.. وهذا في حد ذاته ليس بالأمر المستكره كثيراً. فلو أننا عشنا في عالم مثالي كامل، فإنه لم يكن ليتاح لنا أن نتعلم كيف نختار بين الخير والشر، كما أنه لم يكن ليصبح لدينا شيء يذكر مما يمكن عمله في سبيل الوصول بمثل ذلك العالم إلى ما هو أفضل. ومن الناحية الأخرى، فإن عالمنا أقل قرباً من الكمال مما يود الكثيرون منا أن يكون. وفي وسعنا أن نساعد على

تغيير الكثير مما فيه.

ومن بين هذه الأشياء، الأحوال المعيشية السيئة التي لا تمنح الطفل فرصة عادلة لينمو ويترعرع بالطريقة الصحيحة، من الناحيتين الجسمانية والعقلية. ولعلك تذكر أننا يمكن أن نرث استعدادات خاصة. وهذه الاستعدادات قد تتطور في نموها فتتجه هذا الاتجاه أو ذاك، على وفق ما يحدث. وهذا ينطبق على أجسامنا، كما ينطبق على شخصياتنا أيضاً.

والفقر الحقيقي الفاجع، كغيره من سائر تجارب الحياة الأخرى، يمكن أن يسفر عن تأثيرات مختلفة في مختلف الأطفال، تبعا لطبيعة كل منهم الداخلية الخاصة. فمن الناس من يسفر انفعالهم بالتجربة عن انطوائهم على أنفسهم وشعورهم بالهزيمة، في حين أن غيرهم يردون على التجارب المماثلة بالدفاع عن أنفسهم، وقد يغالون في ذلك أحياناً.

وعلى هذا، فإنك إذا كنت من أولئك الذين بدؤوا حياتهم بداية سيئة، من جهة المال أو من جهة المركز الاجتماعي، فتذكر أن تضع هذا نصب عينيك على الدوام: إذا كان انفعالك في أية ناحية من الناحيتين مقترناً بالمغالاة، فقد حان الوقت لكي تضبط نفسك، حتى لا تستمر التأثيرات في تسميم حياتك. من الممكن أن تشعر بأن العالم كله ضدك، فيسيطر عليك إحساس بالمرارة. وفي هذه الحالة تمضي في طريق حياتك وأنت متذمر من الحياة، شاعر بالهزيمة على الدوام، لأنك تتوقع الهزيمة. وفي معظم الأحيان يحدث لك ما تتوقعه فعلا.

كما أنك تستطيع أن تنظر إليه من وجهة النظر الأخرى. فعلى قدر ضخامة الصعوبة التي لابد من التغلب عليها، يكون الانتصار عليها عملاً عظيماً. وفي هذه الحالة تشعر في هدوء وثقة، بأنك كفء لأية مهمة معقولة.

وربما كنت قد حاولت إخفاء انفعالك الأول بالمكابرة، وبملء أسماع الدنيا صياحاً من أسطح المنازل، بأنك لا تقل عن أحد في شيء، بينما أنت في أعمق

أعماق قلبك، أي في عقلك الباطن، تعتقد حقيقة بأنه لم تكن هناك حاجة للصياح..وكذلك لا ينبغي لك أن تظن أن الفقر هو الشر الوحيد الذي يمكن أن يحدث. فمن الجائز أن ينشأ الناس في بيوت فقيرة، ولكنهم استعاضوا بما أتيح لهم من طيب الأبوة والأمومة عما فقدوه من عضد المال، على نحو ما بدا في قوة شخصياتهم فيما بعد.

كما أن الناس قد ينشئون في بيوت الثراء. ومع هذا تتعرض شخصياتهم للدمار بسبب كثرة التدليل أو إسراف الوالدين في إهمال الأطفال، وانشغالهما بالانصراف إلى مظان اللهو والتسلية.

ومهما يكن من أمر متاعبك أو امتيازاتك المبكرة فإن ما قد تخرج به منها لا يزال الأمر فيه لك، إلى درجة عظمى. وهذا لا يمكن تطبيقه على أي حال إلا إذا نظرت إلى داخلية نفسك ورأيت الطريق الذي أنت سائر فيه. وفي هذه الحالة تعمد إلى مجرد العمل بما توحيه إليك "ندوب الجراح" المتخلفة فيك، كما في ثمرة "القرع" الصغيرة، أما بالتألم وأما بالإذعان دون أن تعرف السبب.

وهذا شيء لا حاجة لأن يحدث، إذا أنت كبحت جماح نفسك في الوقت المناسب.

وإذا كان بعض الشبان يتألمون من شعورهم بأنهم لم تتح لهم فرصة في الحياة بالقياس إلى غيرهم فإنه لا حاجة إلى مثل هذا الشعور في الواقع، إلا في الحالات الاستثنائية.

فما دمت صحيحاً إلى الحد المعقول في جسدك وفي عقلك، وما دام في وسعك أن تتعلم كيف تنظر إلى داخلية نفسك وتحاول أن تجعل من نفسك خير ما يمكن، من ناحيتي المواهب والشخصية، فسيكون بوسعك أن تجتاز مرحلة الحياة بنجاح.

وأنت تسمع اليوم أن إحراز الغنى شيء رائع جداً. ويبدو أن كل إنسان يبذل جهداً جنونياً، كي يصير غنياً. وأنت لا تتعلم اليوم، من الكتب وأشرطة السينما،

الإعجاب بالشجاعة وطيبة القلب بقدر ما تتعلم الإعجاب بالمقدرة على إدراك الغني بسرعة، والاحتفاظ به.

ويبدو أن الفكرة كلها في أن طريقة حصولك على الثروة ليست على جانب كبير من الأهمية، ما دمت قد حصلت عليها فعلا. وكذلك لا أهمية للثمن الذي تدفعه من قناعتك، وراحة بالك، ما دمت قد أدركت غايتك.

على أن في هذا خطأ جسيماً، لأن جزءاً من "الذاكرة الوراثية" في كل منا، يتضمن شعوراً بالخطأ والصواب، يقال له الضمير. فمن بين ملايين الأفعال الصائبة والخاطئة، التي توالى حدوثها منذ بدء الخليقة، وصل جنسنا البشري إلى اتخاذ قرارات حاسمة تميز بين الشريف وغير الشريف من الأعمال. وباستثناء المسائل الخلقية المؤسفة المعقدة. فإننا نعرف ما هو الفرق بين الصواب والخطأ. وفيما يعني كل الأغراض العملية، فإن في أعماقنا "هاتفاً عتيداً".

وليس في وسعك أن تستمر في إنكار هذا الصوت دون أن تؤذي أعمق الأعماق في ذات نفسك، وهذا هو الجحيم. ودعك من اللهب الداخلي، أعني الأذى الذي تصيب به نفسك، حين تنكر خير ما فيك من غرائز، وإذا أنت اشتريت العالم بأسره بهذا الثمن، فإنك تكون حقا قد خسرت روحك نفسها.

وإذا أردت مثالاً واحداً من الطفولة الباكرة، ليساعد على إثبات هذه النقطة الهامة، فلتتذكر مدى عمق شعورك بالمناسبات التي ارتكبت فيها خطأ متعمداً.

على أن شعورك بارتكاب الخطأ يظهر أحياناً بطرق مستغربة. وأنا أذكر مثلا كيف أنني اجتزت فترة قصيرة ارتكبت فيها بعض السرقات التافهة على نحو ما يفعل بعض الأطفال.

وكنت أعرف أن ذلك كان خطأ. فكيف أظهرت هذه المعرفة نفسها، مقتحمة طريقها لتخرج من خزانة الذاكرة حيث دفنتها على عمق سحيق لا تحاشي إزعاجها لي؟ حسنا.. وعندما اتهمت خطأ بسرقة شيء لم تمتد يدي إليه، جن جنوني!

فلماذا كل هذا الشعور بالإهانة؟ لأن الضمير المضطرب الذي كنت أحاول دفنه، كان لا يزال على قيد الحياة. فلم يلبث غضبي على نفسي أن انطلق مضاعفاً، ثم انصب بقوته المضاعفة على رأس من وجه لي ذلك الاتهام.

وما دمنا بصدد موضوع الغني والفقر، أحب أن أقول لكم أشياء قليلة انتهيت إلى تصديقها، من واقع تجارب عملي كطبيب. صحيح أن عندي من الثروة الآن ما يكفي. ولكن إياك أن تظن أنني لم أعرف الفقر أيضاً، ومن ثم لا يحق لي الكلام عنه.

بل الأمر على العكس من ذلك، فقد مرت بي أوقات في بدء حياتي العملية، كنا –زوجتي وأنا– لا نعرف من أين ستأتي وجبة طعامنا القادمة. صحيح أن هذا كان مرجعه إلى حد بعيد إلى تبذيري وسوء تصرفي، ولكن هذا لا يغير وجه الحقيقة.

ومع هذا فإنني حين ألتفت إلى الوراء، ويقع نظري على تلك الأيام، يبدو لي أنني كنت من نواح كثيرة، أعيش حياتي حقا أكثر مما أفعل الآن، في رفاهية نسبية ونظام أكثر استقراراً.

ولقد مارست مهنة الطب في أول عهدي بها، بين الطبقة العاملة العادية من الناس. وهناك قابلت "كل الأنواع" كما قد تقول أنت، من العاكفين على أعمالهم الشاقة.. إلى غير ذوي الحيلة والعاجزين، ومن المدبرين أمورهم.. إلى المسرفين المبذرين.

وكانت بعض بيوتهم تنطق بآيات الفقر، ولكنها كانت أية في النظافة. كما كانت هناك أماكن أخرى لا يستحق واحد منها اسم "بيت"، كريهة، وقذرة، وتضم جدرانها على أناس قذرين مثلها.

ولكن الشيء الذي أثار اهتمامي أكثر من الجانب الكئيب من تلك الأشياء، هو كثرة عدد الأشخاص الذين كانوا يحاولون مخلصين برغم سوء أحوالهم أن يعيشوا عيشة محترمة. بل لقد راعني ما لمسته من القناعة والسعادة الحقيقية بحياة الأسرة بين مثل هؤلاء الناس.

ولقد سمعت الأستاذ "جود" في محاضرة أذاعها بالراديو منذ حين، يردد جملة يبدو لي أنها سخيفة جداً، حيث قال: دعني أكن بائساً في راحة، على الأقل!

وحين تتجه بنظرك إلى حياة الناس الذين يوصفون بأنهم غارقون في الترف، فإنك خليق أن تجد أن زيادة الترف تساهم بقسط وافر في تسبيب الشقاء.

ومع اعترافي بأن أحوالاً معيشية معينة يجب أن تتاح لكل إنسان باعتبار أنها من حقه، وأن الفقر والبؤس المهلكين يجب أن يزولا تماماً، فإن الترف المتناهي يذهب بمتعة الحياة على نحو مماثل.

ولقد تعلمت من تجاربي الخاصة أن القناعة وراحة البال يساويان أكثر مما تساويه الأشياء المادية، في الواقع وحقيقة الأمر.

وفي هذه الأيام أجد أن معظم من ألقاهم في ظروف عملي قوم من ذوي الثراء. وأستطيع أن أعد على أصابع اليدين الاثنتين عدد القانعين منهم بحق. وهو عدد ضئيل إذا قيس بعدد من لقيت من القانعين بين أولئك الذين يبدو أن عندهم أقل القليل من وسائل بناء السعادة.

وعلى هذا فإذا كان انفعالك العدائي إزاء الفقر في أيامك الأولى، انفعالاً هجاماً مريراً، فإنه ينبغي لك أن تحاول التخلص منه، ومن ناحية أخرى، لا تدع نفسك مقيداً بالخوف من تكرار الفشل.

تطلع إلى الأمام، إلى العمل، واللهو، وثق بنفسك إلى الحد الكافي.. فإنك ستبلغ درجة معقولة من النجاح. نجاح "معقول".. فأنت لا تريد أن تصبح مثل رجل الأعمال القاسي المثابر الذي يتباهي بأنه يشتغل ست عشرة ساعة في كل يوم ليسكب المزيد من النقود، ويدعي أنه لا أحد في الدنيا يستطيع استغلال نواحي الطيبة فيه. فمثل هذا الرجل إنما يعلن على ملأ الدنيا أنه مفتقر إلى الانسجام الداخلي. ولهذا يتعين عليه أن يسوق نفسه، وأن يصيح فيمن حوله بهذه الطريقة، لأنه لم يتمكن أبداً من أن يصنع حياة شخصية سعيدة حقا.

وقد يكون هذا راجعاً إلى ندوب جراح عقلية من النوع الذي كنا نتحدث عنه. فإن المزيد من الفقر والتعذيب في زمن الطفولة، ربما كان قد حتم عليه ضرورة الاستمرار في أن يقول لنفسه أنه كان رجلاً قديراً إلى غير حد. فإذا لم يجد صحبة خيراً من منضدة مكتبه في الساعات المفروض أن تكون أوقاتاً للراحة، ففي وسعك أن تتصور مدى الوحدة التي لابد أن يشعر بها في دخيلة نفسه.

العقوبة والطفل

الأطفال لا يولدون جميعا في مثل تلك الأحوال المعيشية الفقيرة التي قد يكون لها أثر ضار على نمو عقولهم. على أنه قد يحدث لأي طفل أن يقاسى الآلام من عقوبة صدر بها حكم خاطئ! صحيح أن الأطفال يجب عليهم أن يتعلموا كيف يعيشون في هذا العالم مع غيرهم من الناس، وألا يتصرفوا على نحو قد يتسبب في مضايقتهم.

بمجرد أن بدأت تدرك أنك "أنت" –وأنت لا تزال طفلاً صغيراً– وأنك منفصل عن الآخرين، فقد تبع ذلك أن من واجبك أيضاً أن تتعلم أن رغبات الناس الآخرين قد تختلف عن رغباتك، فربما لا يوافقهم ما يوافقك. وهذا درس ينبغي علينا جميعا أن نعيه، لأننا إذا لم نعه جيداً، فإننا سوف نؤذي الآخرين، كما نؤذي أنفسنا.

فالآخرون على أي حال لهم مثل ما لنا من الحق في الوجود، لا أكثر، ومن المحقق أنه لا أقل. ولهذا وجب علينا أن نتعود حقيقة وجود كل منا، وجميع ما يترتب عليها.

وفي هذا أيضاً، ينبغي أن نحاول قبل أن تتقدم بنا السن لمجرد الإحساس بالنسبة. ففي معاملتك لأصدقائك، قد يكون من الضار أن تذعن دائماً، بقدر ما يكون من الضار أن تصر على وجهة نظرك الخاصة. فالإذعان بصورة مستمرة، بصرف النظر عن الملابسات، يكون معناه مجرد تشجيع الشخص الآخر على الأنانية. كما أن رغبتك المستمرة في التمسك بوجهة نظرك، معناها أن تقيم من

نفسك "دكتاتوراً" صغيراً!

وبعبارة أخرى.. لا ينبغي أن نجعل من أنفسنا ما يشبه مزاليج الأبواب التي ترد الداخلين، ولا "دواسات الأعتاب" التي ينظف عليها الداخلون أحذيتهم. بل يجب أن تتعلم أن تعطي وأن تأخذ، بلطف، وفقا لمقتضى الحال.

وحينما كنت طفلاً صغيراً، لم يكن بالمنتظر منك أن تفهم هذا من فورك. فمذ عرتك الدهشة الأولى حيث أدركت حقيقة وجودك الخاص، كان من الطبيعي أن تنظر إلى كل شيء من وجهة نظرك أنت.

ولست الوحيد في هذا، للأسف، بل أن هناك كثيرين من الكبار –والوالدين أيضاً– بعضهم قد ظلوا أطفالاً، من حيث أنهم لا يستطيعون فهم وجهة نظر أحد، سوى وجهة نظر أنفسهم.

ولكي يحال بين العالم وبين الامتلاء بأطفال كبار، مما يتسبب في كثير من المضايقة للجميع، يجب إذا اقتضت الضرورة أن يعاقب الطفل الأناني على سلوكه المستهتر بكل من عداه.

وهذه العقوبة لا يقصد بها الوالدان الحكيمان إلى الثأر من الطفل، وأنت حين تصفع كلبك الصغير لأنه أحدث قذارة في المنزل، فإن هذا لا يكون معناه أنك تثأر منه. بل تريد أن تجعل عقله يتعود حقيقة معينة، هي أن الصفع هو نتيجة أحداثه القذارة في غير المكان المخصص لأحداثها.

وكذلك الحال في الطفل الذي يستمر في إحداث المتاعب الاجتماعية بسبب سلوكه الأناني، يجب أن يتعلم أن العقوبة نتيجة لازمة لابد أن تنجم عن مثل ذلك السلوك. وهذا لمصلحتك في المستقبل، وأن كان من الصعب عليك أن تصدق ذلك. وإذا أنت لم تتعلم احترام الآخرين، فإن الحياة نفسها سوف تلقنك إياه، بطريقة تزيد في مرارتها كثيراً، فيما بعد.

وربما تبادر إلى ذهنك الآن، أننا أحاول ضرب عصفورين بحجر واحد، حيث أنني أنا نفسي والد. ولكنني أؤكد لك أنني في هذا لا أنحاز إلى جانب دون الآخر. فعلى رغم أنني الآن والد، فلقد كنت طفلا، وعندي ذكريات عن طفولتي واضحة المعالم إلى حد بعيد. وهناك الكثير مما يقال بشأن الطرفين، في المعتاد.

على أنني اعتقد مخلصاً، أن الطفل يجب أن يتعلم كيف يعيش بين ظهراني آخرين من الناس، دون حاجة إلى عقوبة. ومن الناحية الأخرى، وفوق كل شيء، فإن العقوبة الظالمة أو الحمقاء لا ينبغي توقيعها مطلقاً، لأنها قد تترك في عقل الطفل آثاراً لا تمحي.

ومن المستبعد كثيراً أن تكون أنت قد تعرضت لبعض العقوبات الحمقاء، التي كان الجهلاء يفرضونها على الأطفال السيئ الحظ، منذ قرابة خمسين سنة أو نحو ذلك.

ومن الجائز على أي حال أن يكون قد حدث لك هذا لأن الكثيرين من الأشخاص الكبار لا يفهمون حتى يومنا هذا، كيف تعمل عقول الأطفال، ولا يدركون الضرر الدائم الذي قد يلحقونه بهم. فهناك من الأشياء ما قد يترك في عقل الطفل علامة الخوف، كحبسه في مكان مظلم، أو تهديده بالرجل الخرافي، الذي يفزع من ذكره الأطفال عادة. وفي مراحل العمر التالية، فإن مثل تلك العلامة قد تبقى كشعور دائم بالخوف دون وجود أي سبب ملموس.

وينبغي عليك أن تذكر هذا، كلما فكرت في أن "تحبس" أخاك الطفل الصغير –أو أختك– بهذه الطريقة، مهما بلغ من غيظك منهما. وأنا أعلم أنهما قد يغيظانك إلى درجة لا مزيد عليها.

والعقوبات الظالمة هي شيء آخر يمكن أن يلحق بالطفل أبلغ الضرر. ولا اعتقد أن بيننا من لا يستطيع أن يتذكر كيف عوقب بغير حق في مناسبة ما. وكم كان مبلغ غضبنا وثورتنا لإهدار كرامتنا في ذلك الحين! كما أنه كان يزيد من ثورتنا للكرامة

أننا كنا نعلم في أعماق قلوبنا أننا قد أقدمنا فعلا على ارتكاب شيء، في مرات معينة نذكرها، دون أن نتعرض لأية عقوبة.

وأحب هنا أن أقول كلمة أو كلمتين، دفاعاً عن الوالد أو الوالدة، الذين يرتكبان عملا من أعمال الظلم، بطريق الخطأ. فليس في الإمكان دائماً، بالنسبة إلى الأم والأب، مهما بلغ من حرصهما، أن يبلغا غاية الصواب في التقدير وفي صحة الحكم على خلاف ينشب في داخل الأسرة.

ومن الطبيعي بالنسبة إليك أن تتطلع إلى والديك متوقعا منهما مستوى رفيعاً من المعرفة والتصرف ولكن عليك أن تتذكر أنهما هما أيضاً آدميان.. وآدميان لا يزالان يستوعبان دروس الحياة. وهكذا يحدث في بعض الأحيان، لاسيما إذا كان في الأسرة أكثر من طفل واحد، أن توقع العقوبة على الطفل غير المذنب، وعندئذ فربما يحمل ضغينة ضد أبيه أو أمه، بسبب العقوبة الظالمة.

ولعلك تذكر مثل هذا الحادث في حياتك الخاصة. وربما كان من المستحيل أن تنجو من العقاب إلا إذا وشيت بأخيك أو أختك. وفي مثل تلك الحالة، يخيل إلى أن خير ما يمكن أن تفعل، هو أن تحتمل العقوبة، دون أن تسر في نفسك أية ضغينة بسببها، لأنك "كبير" إلى الدرجة الكافية لأن تدرك مصدر الخطأ.

وأنت ترى معي، أنك بمجرد أن تودع الطفولة، فإنك تصبح بحق عضواً في العائلة. وهذه العضوية تعطيك حقوقاً وامتيازات معينة. فلك مطالب معينة من والديك ولكنهما أيضاً لهما مطالب معينة منك، لأنك لا تستطيع أن تستمر في الأخذ، دون أن تعطي..

وهذا من أكبر حقائق الحياة –قانون طبيعي. أنه قانون طبيعي محقق، لا يقل عن تلك الحقيقة الماثلة في أن الشمس يجب أن تبخر المياه من البحار، إذا كان مقدراً لنا أن نظفر بالأمطار التي تنهمر فوق التلال.

إنك لا تستطيع أن تمضي في سبيل حياتك "آخذاً" على الدوام – سواء أكان

ما تأخذه أشياء مادية، أم كان عواطف – بغير أن تعطي أنت أيضاً. وربما استطعت تحاشي العطاء بعض الوقت، إذا أردت أن تجعل من حياتك طريقاً مفتوحاً للمرور في اتجاه واحد فقط، ولكنك لن تستطيع الاستمرار في هذا إلى الأبد.. وهكذا الحال في البيت. فإنك تطالب بحب أبيك وأمك، ومع معظم البيوت، يجاب هذا الطلب. وأنت تطالبهما أيضاً برعايتك، وهنا كذلك يقوم الوالدان في معظم البيوت، إلى أقصى حدود استطاعتهما، بتوفير المسكن والمأكل والملبس والتمريض إذا أصابك المرض.

وأنت، بوصفك عضواً في الأسرة، عليك بدورك بعض الالتزامات. ولقد بلغت من العمر الآن ما يجعلك تفهم هذا. في حين أنك عندما كنت طفلاً، كان من الضروري تعليمك أن تفهمه.

فإذا كان كل عضو في الأسرة يمنح حبا بحب، ويبذل المعونة والمساندة، في نظير ما يلقاه من المعونة والمساندة، فإن الأسرة تصبح وحدة من الحياة قوية جوهرية الأهمية، على نحو يشبه تلك المجموعات الكثيرة من الخلايا، التي أتضح أنها أقدر كثيراً على الاضطلاع بعمل الحياة، من "الأميبا" المفردة.

فإذا كنت قد تعلمت الأخذ والعطاء في حياة الأسرة، فإنك في طريقك إلى تعلم الأخذ والعطاء في حياة المجتمع. ومعني هذا أن تصبح مواطناً صالحاً.

وقد يساعدك –الآن كطفل، وفي المستقبل كوالد– أن تفهم أن العقوبة يجب أن توقع بحكمة وبغير ما غيظ ولغاية واحدة هي تلقين الطفل هذا الدرس في حياة الجماعة.

توقف عن القراءة لحظة، وأغمض عينيك، وتأمل مدى انطباق هذه القاعدة على مبادئ البيت في باكورة حياتك. وعلى سبيل التعميم، هل كان هذا هو المبدأ الذي ربيت عليه؟ أم أن هناك شعوراً بالظلم لا يزال أثره باقياً، وأن كان ضئيلاً ؟

هل استقر رأيك على شيء؟ حسنا، إذا كنت لا تزال تذكر أنك في بعض

الأحيان قد حيل بينك وبين ما كان يبدو لك أنه مسرات لا ضرر منها، أو أنك قد فرضت عليك عقوبات غير عادلة، فإنني أريد أن أقول كلمة واحدة، عن كيفية حدوث هذا لك.

إن والديك آدميان. قلت هذا لك من قبل، ولكن من الأهمية بمكان أن تدركه تمام الإدراك.

وعندما كانا طفلين، كان العرف يقضي بالتزام أشد التزمت. كان المفروض أن يرى الناس الأطفال، دون أن يسمعوهم. ولم يكن يتاح لهم شيء من التسلية واللهو إلا في القليل النادر. وكثيراً ما كانوا يشعرون بأنهم مجرد مخلوقات لا تستطيع الاعتماد على نفسنا. لا أعضاء مكتملي العضوية في الأسرة، على الإطلاق. ولهذا فإن في الدنيا اليوم كثيرين من الآباء والأمهات، الذين أسفر الضرر الناجم عن تربيتهم على تلك الطريقة، عن ميلهم إلى تكرير أخطاء والديهم. ولما كانوا لم يتعلموا هذا أبداً، فإنهم قد كبروا بغير أن تكون لهم المقدرة على أن ينظروا إلى داخل عقولهم، ويروا تأثير تربيتهم عليها.

وهم في بعض الحالات الاستثنائية، يقومون بمجرد الاقتصاص من أبنائهم، عن الآلام التي كابدوها في طفولتهم. لأن عقولهم الباطنة التي لا يملكون السيطرة عليها، تفرض عليهم أن يأخذوا بالثأر. ولو كانوا يدركون ما يفعلون، أي أنهم لو كانوا قد عرفوا كيف يحكمون عقولهم الواعية المتدبرة، في نشاط عقولهم الباطنة، لارتاعوا من أنفسهم..

على أن هذه الحالات الشاذة نادرة، ولكنها إذا وجدت فإن الطفل العاقل ينبغي أن يفهم كيف يحدث مثل هذه الأشياء. ومن طريق الفهم، قد يصبح الصفح ممكناً، وبذلك يحول بين نفسه وبين الوقوع في الخطأ نفسه، حين يصير بدوره والداً.

الفصل السابع عشر

مشكلات الطفولة

حتى بعد أن تكبر، وتصبح عضواً في أسرة سعيدة متحدة، فإنه قد تكون ما زالت هنالك مشكلات تزعجك، ويبدو أنك عاجز عن أن تحلها بنفسك. وربما اتجهت رغبتك الطبيعية إلى والديك بادئ ذي بدء، التماساً لعونهما، وهذا ينبغي أن يكون هو المجرى الطبيعي للأمور.

على أن من المحتمل ألا تحصل منهما على إجابة واضحة، خصوصاً إذا كانت أسئلتك تتعلق بالجهاز الجنسي. فأما أن تكون قد حصلت على عبارة "اخرس"، وأما حيل بينك وبين الاسترسال في الموضوع من طريق تحاشيه بأسلوب شعرت بأنه ليس جواباً حقيقياً على سؤالك.

وفي هذه الحالة تكون قد تعلمت أن تحتفظ بأسئلتك لنفسك، أو أن تذهب بها إلى شخص آخر: أما أن يكون شخصاً أكبر منك سناً وأكثر فهماً، وأما أن يكون صديقا في مثل سنك الباكرة.

كذلك لا يكون هذا هو الأثر الوحيد الذي تخلف في عقلك. فأنت، فضلا عن كونك قد شعرت بعدم الفائدة من توجهك إلى والديك ملتمساً الإجابة على مثل تلك الأسئلة، قد نشأت عندك أيضاً فكرة أنه كان من الخطأ الفظيع أن تقوم بتوجيه أسئلتك.

فلتتذكر أن الوالد (أو الوالدة) الذي لا يدلى بجواب صريح في عبارات يستطيع الطفل أن يفهمها، إنما يؤذي نفسه كما يؤذي الطفل في آن واحد. وهو إنما يؤذيهما معا لأنه يهدم الثقة التي لابد من وجودها بينهما. وهو كذلك يؤذي الطفل لأنه يترك

في عقله شعوراً بالخطأ والقلق– وكأن الرغبة البريئة في المعرفة، تنطوي على شيء من الخطأ!

فإذا كنت واحداً من أولئك الأطفال الذين لم يتيسر لهم أن يحصلوا من والديهم على إجابات واضحة ونتج عن ذلك شعورك بالخجل لأنك أخطأت بسؤالهما، فإني أحب أن تعود إلى الفقرات الأخيرة من الفصل السابق فتقرأها من جديد.

وعندئذ حاول أن تفهم أن والديك إذا كان يعتريهما الارتباك أمام نوع معين من الأسئلة، فإن السبب في ذلك هو أن الأشياء التي تسألهما عنها لم تكن قد شرحت لهما بطريقة معقولة في عهد طفولتهما وقد حاق الضرر بعقليهما. فظلت تسيطر عليهما فكرة أن من الخطأ توجيه مثل تلك الأسئلة التي سألاها في طفولتهما بغير فائدة. فليس في إمكانك أن تنتظر منهما تغيير هذه الفكرة الآن، بعد أن مضى ذلك الزمن الطويل.

وإذا ذهبت الثقة مرة بين الأطفال ووالديهم، فمن غير المحتمل أن تعود مرة أخرى. بل أن الطفل بعد ذلك ليحتفظ حتى بأبسط أفكاره ومشاعره، بينه وبين نفسه، حتى أنه ليتجه إلى آخرين من الناس فيمنحهم ثقته. وإذا أحس الطفل بأن والديه يطبقان طرق التفكير العتيقة البالية، على ظروف الحياة في العصر الحديث فإن ذلك الطفل لن يلبث أن ينظر إلى والدته ووالده، باعتبار أنهما بمعزل عن مشكلات حياته الخاصة.

وهذا من شأنه أن يوسع الثغرة، التي يبدو دائماً أنها موجودة، بين الآباء والأطفال.. وقد كان من الطبيعي، وأنت لا تزال طفلاً صغيراً لا حول لك ولا قوة، أن تتطلع بعين الاعتبار إلى والديك، في واقع الأمر، وفي عقلك، على السواء. فالشخص الكبير لابد أن ينظر إليه الطفل وكأنه "إله" قادر على أن يفعل ما يشاء. ولكنك كلما تقدمت بك السن، بدأت تدرك بالتدريج أن هذا غير صحيح. أما مع والديك، فإن الفكرة تظل تلاحقك، حتى أنك تعتبر أنهما ليسا من المخلوقات

البشرية تماما، بل ينتميان إلى نوع يفوق سائر البشر في الحقيقة.

وهنا موضع الخطأ في تفكيرك ،فإذا نظر الأطفال والوالدين إلى بعضهم، باعتبار أن جميعهم بشر، معرضون لارتكاب الأخطاء، ولهم مشاعر إنسانية عادية، كان ذلك أدعى إلى زيادة الانسجام بينهم. لأنهم في تلك الحالة لم يتوقع أحدهم من الآخر الشيء الكثير، مما ينجم عنه شعور لطيف بالدهشة، بدلا من الشعور بخيبة الأمل، بسبب توقع الشيء الكثير.

وينبغي أن يتاح للطفل أن يحدث والديه بكل ما يخطر بعقله من الأفكار، وهو يعلم –سلفاً– أن ذلك لن يدهشهما، أو يفزعهما.ولما كنت قد كبرت ونضجت، وأصبحت تهتم بالعالم من حولك، فلابد أنه قد خطر لك أن تحاول الإجابة بنفسك على جميع أنواع الأسئلة.

كيف يولد الأطفال؟ كيف تم خلق العالم؟ هل لابد من وجود شيء مثل الطلاق؟ أين يوجد الله؟

وأسئلة كهذه، تتصل بالجنس، والدين، والأخلاق، وربما اتصلت بالسياسة أيضاً –من المحتمل أن تكون قد خطرت على عقلك. وليس هناك سبب مطلقاً يحول دون تفكيرك في أمرها بنفسك. على أنه مهما بلغ من قوة شعورك بصواب آرائك وخطأ آراء الآخرين، فأنني أقترح أن تترك في عقلك فراغاً، يستوعب أي أفكار جديدة قد تظهر، وأن تغير رأيك إذا اقتضت الضرورة.

إننا نتعلم الكثير كلما مضينا قدماً في طريق الحياة. فلدينا كثير من الفرص المتاحة لنفعل ذلك، إذا أردنا انتهازها –حتى أنه يكون من الحماقة أن نغلق عقولنا في وجه الحقائق الجديدة، لمجرد كونها لا تتفق هي ونظرياتنا.

ولعلك تعرف من واقع تجاربك الخاصة، أن والديك إذا ما أجاباك إجابة حادة مستبدة عندما تبسط أفكارك الخاصة عن هذه الأشياء، فإن نتيجة ذلك هي أن تنطوي على نفسك كما ينطوي "المحار". والكثيرون جداً من الأطفال قد استقر

رأيهم، وهم لا يزالون في سن مبكرة إلى حد كبير، على أن من المستحسن أن يلزموا جانب الحذر فيما يتحدثون به إلى والديهم. وعلى هذا فإنهم يحتفظون بينهم وبين أنفسهم، بمكنون أعماق عقولهم. وبعد ذلك قد يحدث أن تشكو الأم إلى جارتها، من أن طفلها لا يقول لها شيئاً، أو أن طفلتها لا تخبرها بأي شيء عما تفعله.

والأمهات والآباء الذين يتعين عليهم أن يقولوا مثل ذلك، لا ينبغي لهم أن يلوموا أحداً سوى أنفسهم. فهما ليسا فوق مستوى المخلوقات البشرية، كما أن الأطفال ليسوا بالحكماء الناضجي العقول. فما زالت أمامهم سنوات عديدة يتمرسون في غضونها بتجارب الحياة.

على أن الوالدين الحكيمين، يكون أطفالهما كذلك. فإذا كانت الأم والأب يمكنها أن يقنعا بإسداء النصح إليك فيما يتصل بما ينبغي أن يكون عليه تفكيرك واعتقادك، فسوف يلقيان جزاءهما حين يحظيان برؤية أطفالهما وهم في غني عن منح ثقتهما لأي شخص آخر.

وحين يجد الطفل أن أسئلته تظفر بالجواب عليها في بساطة، بغير ما ارتباك أو دهشة، فإنه سوف يجني أعظم الفائدة، من اكتمال التفاهم بين أفراد العائلة.

وهذا شيء يتغلغل في أعماق جذور حياة الأسرة. وهو يستحق تماما أن يبذل في سبيله قليل من الصبر، من جانب الوالد المنهك، عندما تبدأ الأسئلة التي لا تنتهي، تنهال من فم الطفل الصغير "توم". ومهما يكن من شيء فإن "توم" الصغير إذا لم يظفر بالجواب الذي يرضيه في البيت، وضاق ذرعا بمطاردة الأسئلة نفسها مرة بعد أخرى في عقله، كانت الخطوة التالية هي أن يبحث عن شخص آخر ليسأله.

وسبق لي أن قلت أن ذلك الشخص الآخر قد لا يكون مناسباً. أما إذا كان "الشخص الآخر" من بين الكبار العقلاء، فإن ما يقع من الخطر يكون أقل مما كان يمكن أن يقع، ولكن في كثير من الأحيان يحدث أن الأطفال الذين كانوا قد أجيبوا إجابات عنيفة على أسئلتهم يتجهون إلى أطفال آخرين بما يريدون أن يعرفوا حقيقته.

وهنا تكون المسألة في معظم الأحيان، حالة "أعمى يقود أعمى". لأن الأطفال الآخرين أيضاً، كانوا قد نهروا كذلك في البيت بأجوبة غير مقنعة، فمعلوماتهم تكون أقل من أن يستفاد بها. وليس هذا بأسوأ ما يمكن أن يحدث. فإن الأطفال الآخرين، في محاولتهم إرضاء الفضول الطبيعي، قد يكونون ممسكين بالعصى من نهايتها بدلا من مقبضها، تماما، وفي هذه الحالة يكون ما لديهم من المعلومات شراً من انعدام المعلومات على الإطلاق.

ألم يسبق لك أن عرفت ذلك بنفسك، في زمن طفولتك؟

ولتفكر أيضاً، إذا استطعت، وإذا كانت قد مرت بك هذه التجربة، في إحساسات الخجل والخطيئة، التي صاحبت حديثك عن هذا الموضوع أو ذاك، مع الطفل الذي يسكن البيت المجاور.

وربما كنت تريد أن تعرف كيف يصنع الأطفال. وهو سؤال عادل إلى أبعد حد، بل يفوق في ذلك كل ما يخطر للطفل أن يسأل عنه. ولكن والديك قد صرفاك عن المضي في استفهامك بما قصا عليك من الحكايات المسلية، أو بقولهما أنك لم تزل صغيراً بحيث لا ينبغي أن تعرف هذا بعد. وهكذا حدث في يوم ما بطريق الصدفة، أن الطفل "فريدي" الذي يسكن البيت المجاور كان يسأل عن نفس الشيء، وصرفه والداه عنه أيضاً.. وهكذا جمع بينكما الشعور المشترك بالذنب حين تتحدثان عن ذلك السؤال بأية حال، والإحساس بالجرأة وبشيء من الانحراف أيضاً، وربما تكونان قد تبادلتما أفكاركما الخاصة التي كانت جميعا بمعزل بعيد عن الحقيقة.

ولقد كان من حسن حظكما معا –فريدي وأنت– أن ذلك الشعور لم يبق في عقلك. وإلا لكنت الآن أكثر ميلا إلى اعتبار العملية الجنسية شيئاً غير لائق. وقد يبلغ الأمر في حالة بعض الأطفال الشديدي الحساسية، حدا ينظرون معه إلى الأمر كله بعين الرعب والفزع. والسبب الوحيد في ذلك هو "ندوب" تلك الجروح المبكرة.

وما أسخف مثل هذه النظرة إلى هذه الأمور.. مع أن حمل الطفل وميلاده

معجزة لا تبلى جدتها، وليس هناك ما هو أجمل من الحب بين الكائنات البشرية، ومنظر أسرة سعيدة يزداد عدد أفرادها! ومن الحماقة البالغة أن نسمح لأخطاء والدينا ومعلمينا بأن تفسد علينا بهجة أجمل ما في العالم من الأشياء.

ولعلك تسأل: وكيف تستطيع مثل هذا الإفساد؟

دعنا نؤمل أن هذا لم يحدث لك. ولكن ينبغي أن تتذكر حكاية ثمرة اليقطين الصغيرة والعلامة التي كانت تكبر معها باستمرار.والطفل الذي يرغم على الشعور بالخجل لأنه سأل أسئلة معينة، يحاول أن يدفع إلى الطبقات الدنيا من عقله كلا من ذكرى السؤال وإحساساته بالخجل التي ترتبط بنفس السؤال بالنسبة إليه.

وفيما بعد، تدفع هذه الإحساسات بالخجل بنفسها إلى الخارج، وتصبح من المضايقات التي تعترض سبيل حياته. ومثل هذه الإحساسات يمكن أن تكون متصلة بعدد من مشاكل الطفولة. فالكذب، والسرقات التافهة، والغيرة من الأخ أو الأخت الأصغر سناً، والفضول بشأن تكوين أجسام الناس الآخرين.. هي ذلك النوع الذي أقصده من الأشياء المزعجة.

وهناك أشياء غيرها، ولكن هذه هي الأشياء التي تضايقنا جميعا ونحن أطفال. واعتقد أن ذلك النوع من الرغبات العنيفة التي سبق لي أن ذكرت أنني جربتها بنفسي، يمكن إدراجه في نفس القائمة أيضاً.. وشر ما في المسألة أن الأطفال حين يزعجهم مثل هذا النوع من المشكلات، فإنهم يتوهمون أنهم موقنون كل اليقين، أن أحداً غيرهم لم يضايقه شيء كهذا من قبل.

وهذا ليس بالصحيح على وجه الإطلاق. فإن كل طفل يمر بمراحل يتعرض فيها لأن يزعجه أي شيء من تلك الأشياء، وغيرها أيضاً. ونصف تعاسة الطفولة –وقد تكون مريرة حقا– يسببه هذا النوع من المشكلات، والشعور بأنهم قد انفردوا بمواجهتها.

وإذا شعر الطفل بأنه ارتكب خطأ ما، وأنه يحتاج إلى النصيحة، فإنه يشعر بأنه

لا يمكنه أن يذهب إلى أي شخص أكبر منه، لأنه لم يسبق أن كان أحد آخر أكثر منه إمعاناً في الذنب من قبل. ومثل هذا الشعور مفهوم جداً. لأنه يندر بيننا من يحب الاعتراف بالأشياء المستنكرة التي فعلها خوفاً من أن يؤدي ذلك إلى سقوطنا من أعين الآخرين.

ومن الناحية الأخرى، يجب الصفح عن الغلطة التي اعترف بها مرتكبها بمحض إرادته، وبرغبة مخلص في مقاومة الإغراء. ولا أعني بهذا أن الطفل الماكر ينبغي له أن يتمكن من أن ينجو من العقوبة ثم يعيد ارتكاب نفس الخطأ مرة بعد أخرى، لأن كل خطأ يرتكبه يعقبه اعتراف من جانبه وصفح من جانب والديه! لأن الاعتراف والاعتذار في مثل تلك الحالة، يكونان فيما يبدو لي، أشبه بضرب من ضروب النفاق والتظاهر.

على أنه ينبغي أن يتاح للطفل أن يتمكن من الاعتراف بخطئه، وأن يطلب المساعدة على مقاومة الإغراء، بغير أن يتعرض لعقوبة، ومع تأكده من أنه سيظفر بالمساعدة المنشودة.

أما بالنسبة إلى رأي الشخص الأكبر منك، فإنه أن كان يحبك ويفهمك، فإن رأيه فيك بن يسوء. فإن كل شخص ناضج ذي قيمة يؤبه لها، قد ارتكب كثيراً من الأخطاء هو نفسه، بما في ذلك تلك الغلطة التي تقض مضجعك. وهو إذا كان الآن قد تغلب عليها، فإن السبب في ذلك، هو أنه تخطي مراحل النمو التي تقترن بتلك الأخطاء. ولكنه في طريق نموه كان عليه أن يمر بتلك المرحلة التي أنت فيها الآن، ولهذا ارتكب الأخطاء نفسها في زمنه هو.

وسأحاول أن أقرب ذلك إلى فهمك. وأرجو بعد ذلك أن تكن لأصدقائك الذين يكبرونك في السن، شعوراً أكثر مودة ودفئاً. ولعلك تذكر كيف رأينا أن كل طفل آدمي يقضي في رحم أمه تسعة أشهر قبل أن يولد. وفي تلك الفترة يمر بكل المراحل التي مر بها الجنس البشري في تكوينه، مروراً سريعاً.

والتطور الذي استغرق في بدء الخليقة آلاف السنين، قد عبر الطفل مراحله حتى أصبح في حالة صالحة تؤهله لأن يولد ويخرج إلى العالم وتكون له حياة مستقلة. ولكن الطفل، حتى بعد أن يولد، لا يكون كائناً بشرياً كامل التكوين، لأن جسمه يستمر في النمو والتطور، وكذلك عقله.

وعقله في نموه وتطوره، يمر بجميع مراحل النمو والتطور التي مر بها الجنس البشري: من التوحش، حتى مرحلة حضارتنا الراهنة.

والواقع أن الطفولة بالنسبة إلى العقل البشري، هي بمثابة أشهر الحمل التسعة التي يقضيها الجنين في الرحم، بالنسبة إلى الجسم البشري. فهي فترة النمو التي تؤهل المخلوق البشري لأن يحيا حياة مستقلة. ونحن في أثناء عمليتي النمو والارتقاء – الجسمانية والعقلية– نمر بكل المراحل التي مر بها أسلافنا من قبلنا، من هاتين الناحيتين، مروراً سريعاً.

فإذا استطعت إدراك هذا، أدركت السبب في أن سلوك الطفل كثيراً ما يبدو، في أعين الكبار الذين نسوا إحساساتهم الباكرة، أنه لا مبرر له، بل يبدو في بعض الأحيان خاطئاً. فالطفل يعيش في عالم غير الذي يعيش فيه من هم أكبر منه، وفي هذا العالم لم يقل المجتمع الكلمة الأخيرة في قوانين السلوك الاجتماعي.

الفصل الثامن عشر

قسوة الأطفال

لقد عاش الإنسان الأول حياة كادت تكون "طبيعية". أي أنه كان شديد الرغبة في معرفة العالم الذي يعيش فيه. فكان أحياناً يحطم الأشياء إلى قطع متناثرة، لمجرد رغبته في معرفة الأشياء التي تتكون منها. وكان يحارب ليبقى على قيد الحياة. وكان يصيد ليأكل، ولكي يستمر لذة شعوره بقوته البدنية.

والطفل الصغير الذي يعبث فيما حوله بمثل انطلاق الحيوان، ممزقاً كل شيء على نحو مدمر، إنما يكون ماراً بنفس تلك المرحلة من مراحل النمو.وسوف يجتازها، كما اجتازتها الإنسانية ، على أن من الطبيعي أن يفعل ذلك الآن، كما أن من الصواب أن يتعلم أن ما يفعله يجعل الحياة عسيرة بالنسبة إلى غيره من الناس، فلا يمكن أن يسمح له بالاستمرار فيما يعمل. وإذا حدث أن أحد الكبار، ولاسيما إذا كان طفلا آخر يكبره في السن، رأي الطفل الصغير وهو ينتزع جناح ذبابة، فلا شك في أن هذا يثير ثائرته، لأن الشخص الكبير والطفل الأكبر سناً، قد تعلما أن يطيعا وأن يحترما مبادئ "أخلاقية" معينة.

فهما يدركان أن الحياة لا يمكن احتمالها إذا سمح لأصحاب القوة بأن يسيئوا معاملة من هم أضعف منهم. ويفهمان أن هناك مخلوقات أخرى لها مثل ما لنا من الحق في أن تعيش إلى جانبنا، أو لها الحق في ألا تتعرض للتعذيب، حتى لو اقتضت الضرورة إبادتها.. هذه أشياء من واجبنا أن نتعلمها.

إن مجرد الغضب على الطفل شيء لا طائل من ورائه. ومن الأهمية بمكان أن نفهم السبب في أنه يفعل ما يفعله، وإلا نستخدم سوى العقوبة التي من شأنها أن

تعوده السلوك الاجتماعي. وبمضي الزمن، لا تلبث مرحلة التدمير في سير نموه وتطوره أن تنقضي. وخير من هذا أن نتركه ليستنفد إحساساته الهمجية في العبث "باللعب" القديمة وقطع الأثاث البالية، فإنه لا ضير في تحطيمه إياها بغير سبب، ومنذ وقت غير طويل، حدثني أحد أصدقائي عن مدى الخجل الذي لا يزال يشعر به، لأنه عندما كان يجتاز تلك المرحلة، كان يستنفد إحساساته بإساءة معاملة أخيه الأصغر.

فلقد كان لهما والدان لا غبار على قصدهما الحسن، ولكنهما كانا بمعزل عن الأفكار العصرية الحديثة، مما نتج عنه أن البيت أصبح ميداناً للمعارضات، بدلاً من أن يكون وكراً للانسجام.

ولما لم يكن في وسعه أن يبوح لوالديه بما يحسه من الاعتراض العنيف كلما نشب بينهما خلاف، فإنه كان يجد مخرجاً آخر. و م يكن ليعترف لنفسه حين كان يضايق أخاه الصغير، بأنه إنما كان يفعل هذا لأنه لم يكن في وسعه أن يعامل والديه بالطريقة التي كان بوده أن يعمد إليها.

وإذا لم نكن قد تعلمنا شيئاً عن طريقة عمل العقل الباطن، فإن أحداً منا لن يعترف بمثل ذلك الحافز الظالم. فقد عمد الأخ الطفل الأكبر إلى استغلال أضأل وسيلة ضايقه بها أخوه الأصغر، ليتخذ منها نقطة بدء للعمل على تكدير صفوه.

وهكذا ترى أن انعدام التفاهم بينه وبين والديه، أسفر عن نتائج بعيدة المدى. فإنه قد أضر بهما حيث عزلهما عن ولدهما. وأضر به من عدة وجوه: إذ عزله عن والديه، بإثارة المتاعب بينه وبين أخيه، وبأن نفسه قد نبتت فيها عادة الإيذاء. كما أنه قد خلف له أحاسيس عميقة بالخطأ في معاملة أخيه. وقد يكون قد أضر بالأخ أيضاً، بأن ترك فيه خوفاً دائماً من الاعتداء عليه.

وقبل أن ننتقل إلى المشكلة التالية من مشاكل الطفولة، أريد أن أضيف شيئاً واحداً إلى ما قلته عن هذا. فليس من غير المعتاد في بعض الكتب وأشرطة السينما، أن نجد العنف منظوراً إليه باعتبار أنه شيء جدير بالثناء. فإن قاطع الطريق ورجل

الكهوف، في مثل تلك الحالات، يحاطان بما يجعلهما يبدو أن في نظر الجماهير وكأنهما المثل الأعلى لما يجب أن يكون عليه الرجل.

على أن القوة، سواء في الجسم أو في الشخصية، شيء رائع جداً. ولنا الحق في أن نعجب بها حيثما وجدناها، ولكن، كما يقول "شكسبير":

آه.. أنها خير الأشياء جميعا.

أن تكون لك قوة عملاق. ولكن من الطغيان..

أن تستخدمها كعملاق.

والإعجاب بالعنف لمجرد وجه العنف، وبالقوة التي تسخر في القضاء على حياة الناس الآخرين وسعادتهم، إنما يرجع عهدها إلى طفولة العالم، وطفولتنا نحن.

وحين يتوقف النمو العقلي لواحد من الناس وهو لا يزال في مرحلة الطفولة، فهنا تتكون الشخصية القاسية، بل شخصية القاتل الذي لا يكف عن القتل.وواجبنا هو أن نرعى أنفسنا وأطفالنا خلال جميع مراحل النمو، حتى مرحلة النضج التام.

ولتذكر أننا في ذلك يكون مثلنا كمثل النملة، التي تحمل حبة صغيرة واحدة على ظهرها. من حيث أن نضيف نصيبنا الصغير إلى تطور الجنس البشري في المستقبل. فإذا خلف الجيل بعد الجيل قوى متزايدة للسيطرة على الغرائز الهمجية الشاذة على نواميس الأخلاق، فإن من المحتمل جداً أن ينشأ جنس بشري أعظم من جنسنا الحاضر.

أكاذيب الأطفال

لعل الجزء الأخير قد ساعدك على فهم بعض ما اعترض طريق طفولتك من نوبات الغضب والرغبة في التخريب، والآن، فلنتناول ظاهرة أخرى من الظواهر التي تقترن بعهد الطفولة، والتي نشترك فيها جميعا. وأكبر ظني أن الكبار، بمضي الزمن يتعلمون كيف يكبحون جماح غضبهم. ومن المؤكد أن الأغلبية الساحقة منهم تكف

عن الشعور بالغبطة الفعالة إزاء التخريب والعنف.

والدرس الذي ربما كان أشق وأصعب وعياً، هو تعود الصدق. وليس بيننا سوى قلة نادرة، يستطيعون أن يقولوا أنهم لا يكذبون أبداً. على أن من رأيي أن هناك مناسبات كثيرة، تكون فيها "الكذبة البيضاء" خليقة بالصفح والغفران.

وقد يروعك هذا، فمعظم أحداث الناس يمرون بمرحلة يسرفون فيها في كل شيء غاية السرف. فمذ استقر رأيهم على اجتناب الكذب، فإنهم يرفضون التخلي عن الصدق البحت الخالص مهما تكن الظروف –ليس فقط بالنسبة إلى أنفسهم، بل بالنسبة إلى الآخرين أيضاً.

وهنا أوافق على أن ظروف الإنسان بالنسبة لنفسه، يجب أن تكون أضأل العوامل التي قد يتأثر بها. أما إذا كان الصدق محتملاً أن يضر بشخص ما، دون أن يؤدي إلى تحقيق أي غرض نافع، فأنا مستعد لتقبل فهم آخر لمعني الصدق في تلك الحالة.

مثال ذلك ،أن لي صديقة كانت في طفولتها تقاسي الأهوال من تفكيرها في أنها قبيحة. في حين أنها لم تكن كذلك أبداً. ولكنها كانت تمر بتلك المرحلة السخيفة التي تمر بها الفتيات في بعض الأحيان، قبل أن يصبحن نساء. فلما تقدمت بها السنون بعض الشيء، لتفق أن قال لها بعض الناس أن لها يدين جميلتين. ولقد كان هذا شيئاً ساراً بالنسبة لها، فساعد على التغلب على الآلام الدفينة التي كانت تحسها من قبل. ولما لم يكن ليقنعها أن لها يدين جميلتين، فقد كان عليها أن تقول لنفسها أن يديها مدهشتان.

وهي الآن إذا قالت لي، كما تقول في بعض الأحيان: "أن لي يدين جميلتين، أليس كذلك؟".. فلماذا أتهرب من الجواب على ذلك السؤال، في حين أن يديها جميلتان حقا، على أي حال؟

وحتى إذا لم تكن يداها جميلتين، فمن واجبي أن أدعها تظنهما كذلك، فهذا

يسعدها، ولا يؤذي أحد آخر.

وهكذا ترى أنني لا أقرر قواعد ثابتة صارمة فيما يتصل بما هو أكاذيب وما هو غير ذلك. بيد أنه يبدو لي أنك إذا لجأت إلى الكذب بقصد التماس الخلاص من نتائج أخطائك، فذلك نوع من الجبن.. كما أن من يعمد إلى الكذب ليؤذي غيره، يكون خائناً وشريراً.

وفوق هذا، فإن ضميرك سيتولى إرشادك، بشرط أن تكون قد تعلمت أولا كيف تنظر إلى دخيلة أعمال عقلك، بحيث لم يعد في وسعك أن تنجح في الكذب على نفسك.

وبعد أن استثنينا "الكذبة الاجتماعية البيضاء"، فلنحصر الآن تفكيرنا في ذلك النوع من الأكاذيب التي رويناها جميعا في زمن الطفولة.

كانت هناك كذبة "المحافظة على النفس"، وهي جزء من الوراثة المنحدرة إلينا من أسلافنا الأقدمين، الذين كان كل همهم مقصوراً على حماية أنفسهم بأية وسيلة ما بقوا على قيد الحياة.

وأنت تعرف ذلك النوع الذي أعنيه من الأكاذيب: "أنا لم أفعل ذلك، بل هو الذي فعله.. لقد سقطت من تلقاء نفسها، يا والدتي.. أنني لم أضيعها، ولكن رجلاً كبيراً جاء فأخذها مني"..

هذه هي غريزة المحافظة على النفس حين تنشط، من حيث جوهر الموضوع.

وليس الأمر بالخطير جداً. والوالد (أو الوالدة) الذي يحمله محمل الجد الصارم، إنما يكون مبالغاً في تزمته بعض الشيء. فالطفل ينبغي له أن يتعلم على أي حال أن هناك أشياء تزيد من أهميتها عن مجرد اجتناب عقوبة صغيرة، بالالتجاء إلى الكذب.

وهناك اعتبار واحد: فمن وجهة النظر العملية البحت، لو أن كل إنسان قد سار في طريق حياته يطلق الأكاذيب هنا وهناك، لاختلط الأمر على الناس جميعا،

بحيث لا يعرف أحد مكانه على التحقيق. كما أن هناك اعتباراً ثانياً: فلو أنك استمررت في الكذب بعد أن تبلغ سناً معينة، فإن هذا تشتم منه رائحة تملصك من مسئوليات ما يصدر عنك من الأعمال.

ومن الخير أن تتلقى عقوبتك وتتعلم منها، بدلا من أن تلقي التبعة على شخص آخر.

وهناك أنواع أخرى من أكاذيب الأطفال إلى جانب النوع الذي مصدره "المحافظة على النفس". والنوع الذي يقع فيه الأطفال جميعا يصدر عن غريزة فطرية أخرى، هي "تأكيد الشخصية".

وهو طبيعي جداً، على أي حال. فحينما كنت طفلا، كان يخطر لك بين حين وآخر، أن تشعر الناس بمدى أهميتك. والطفل كائن صغير جداً، فهل تتذكر كيف كان شعورك بهذا؟ لقد كان من بواعث ارتياحك أن تستطيع إيهام زملائك من الأطفال الذين يلعبون معك بمدى ثراء والديك، وبمدى عظمتك لأنهما ينتميان إليك. وكذلك حين كنت تتحدث عن سيارة "عمك"، فترتفع بها من سيارة "فورد" عتيقة، إلى سيارة فارهة من طراز "رولزرويس" الفاخر!

وفي وسعك أن تقوم "بتمثيل" أكذوبة من هذا النوع، و أن ترويها، سواء بسواء.

حينما كنت ولداً صغيراً جداً، كنت أعطي مليمين كل يوم، لاشتري قطعة من الفطائر الحلوة. وكان المليمان في ذلك الحين لهما من القوة الشرائية ما يزيد عما لهما اليوم كثيراً. فإنك لا تستطيع أن تشتري بهذا المبلغ اليوم نصف قطعة، ولكنني إذا لم تخني الذاكرة، كنت أشتري بالمليمين قطعتين. كان "مصروف الجيب" الذي يعطاه بعض الأولاد الآخرين، أكثر مما يعطي لي. ولا أذكر الآن ماذا كان يجعلني أشعر بالمرارة بهذا الصدد. وربما كان شيء قد قيل، فأشعرني بأنني فقير بالقياس إليهم، بحيث لا أكاد استرعى انتباه أحد.

على أنني أستطيع أن أتذكر كيف ذهبت مرات عديدة إلى الفناء الذي كنا نلعب فيه، حين لم يكن هناك أحد يمكن أن يراني، محاولا البحث عن نصف قطعة من الفطائر الحلوة، قد زهد فيه أحد الأطفال الذين أكلوا منها أكثر من كفايتهم.

لم أكن جائعاً، بل أنه لم يكن ثمة ما يدعو إلى التفكير في ذلك على الإطلاق، ولكن ما كنت أريده هو أن أضع نفسي في موضع المساواة مع أي واحد منهم –أن لم يكن خيراً منه– من طريق التظاهر بأن عندي مورداً من قطع الفطائر الحلوة لا ينضب معينة، ونقوداً لا حصر لها.

ومن الجائز جداً كذلك أن تقابل أشخاصاً كباراً لا يزالون يفعلون ذلك النوع من الأشياء على نطاق أوسع. فهم يحاولون إيهامك بهذا أو ذاك، لأنهم في داخلية أنفسهم لا يزالون ذلك الطفل الذي بقيت في عقله آثار الجراح، وظل صغيراً لا يكاد يقوى على شيء.

والكثيرات من النساء يرتدين معاطف الفراء الثمينة لا لأنها تمنحهن الدفء، ولا لجمال الفراء في ذاته، ولكن لأنها تشعر الناس بالأناقة والذوق الحسن وروعة الشخصية.

ويل للفتاة المسكينة، لأنها لا تزال الفتاة الصغيرة نفسها التي أرغمت بوسيلة ما أو بغيرها، على أن تشعر بأنها أقل شأناً من الأخريات، ولم تستطع التخلص من هذا الشعور أبداً!

ولو كانت قد تعلمت منذ بداية الأمر كيف تنظر إلى داخلية عقلها، وأن تصلح الاعوجاج في الوقت المناسب، لكان من بواعث قناعتها أن تكون هي، كما هي عليه، دون زيادة أو نقصان، ودون أن تحتاج إلى الاعتذار من أوجه النقص، أو التظاهر بأنها تزيد كثيراً عما هي عليه في حقيقتها. وإذا أنت أردت مثالاً للطفولة من ذلك النوع، فلنتأمل مثالاً "للتظاهر". ربما كنت طفلاً بارعاً في استيعاب ما تعطاه من الكتب، ولكنك شعرت، فيما يختص بالرياضة البدنية والألعاب، بأنك تقل مهارة عن

الآخرين. ومن المحتمل أنك كنت تبذل جهداً أكثر من الجهد العادي في استيعاب الكتب، وأنك كنت تسبق زملاءك في الفصل المدرسي إلى الإجابة عن الأسئلة التي يوجهها المعلمون، لمجرد إظهار براعتك الممتازة -كما أنك كنت تقول لنفسك ولغيرك، أن الألعاب شيء لا أهمية له على أي حال.

أو لعلك قد اتجهت اتجاهاً آخر، في سبيل الكذب بدلاً من التكلم به، بحيث أنك تغش كلما سنحت لك فرصة الغش، أو تركل غيرك إذا ظننت أن ذلك يفسح أمامك طريقاً أفضل.

فإذا كانت الحالة كذلك، فإنك لا تختلف عن رجل الأعمال الكبير، الذي يعتقد أن أي نوع من الصفقات العنيفة لا غبار عليه، ما نجم عنه نجاح يجعل الآخرين يرمقونه بأعين الإكبار، لمجرد ما ربحه من الأموال. وهو بذلك يخطئ الطريق إلى الغابة حيث توجد الأشجار التي يقصدها، وتفوته اللذة التي ينطوي عليها نجاح المرء في شق الطريق لنفسه بين العقبات. فالأفضل جداً أن تخسر المباراة، أو لا تدرك النجاح، ما دمت تعلم أنك خضت معركة حاربت فيها باستبسال، ولم تجر على أحد من أن تمسك في النهاية بجائزة جوفاء، تعلم في قرارة نفسك إنك ربحتها بطريقة دنيئة.

وإحساسات الخجل، التي يتعين عليك أن تدفنها في أعماقك، إزاء الوسائل الخاطئة التي اتبعتها لتظفر بغايتك، سوف تبقى إلى الأبد، مهما حاولت أن تتجاهلها.

لماذا يحاول معظمنا أن يوهم الآخرين، بوسائل خاطئة أحياناً، بدلاً من أن نقنع بكوننا أنفسنا كما نحن عليه، هذه نقطة على جانب من الأهمية.

ولنشرحها بطريقة أخرى.

إفرض أنك عندما كنت طفلاً، كانت قيمتك في العالم: من حيث الشكل، والذكاء، والمركز الاجتماعي، وما إلى ذلك فإنك لم تكن أبله، ولا عبقرياً. فلم تكن بطلاً من أبطال الأساطير، مثل "هيلانة" بطلة أسطورة طروادة، ولا كنت "سيرانو دي بيرجواك"، بطل رواية "الشاعر" الشهيرة. ولكنك قد نبتت لديك الفكرة، لأنك

بطريقة ما، أرغمت على أن تشعر بأنك صغير، حتى خيل إليك أن مجموع درجاتك لا يزيد على خمس وسبعين درجة. ولكي تخفف من حدة الشعور بالألم الذي سببه لك هذا التصور، كان عليك أن تقول لنفسك مراراً وتكراراً، ما كنت تتمنى أن تسمع. فمجموع درجاتك لم يكن مائة فقط، بل كان مائة وخمسا وعشرين!!

فإذا رأيت بعضا من الناس يملئون الدنيا صياحاً وضجيجاً، وهم ينشرون من حولهم الأكاذيب في صورة أقوال وأفعال، حتى يحيطوا أنفسهم بهالات من العظمة.. فمن واجبك أن تتذكر أنهم يحاولون أن يرفعوا مجموع درجاتهم إلى مائة وخمس وعشرين.

ولكنك يجب أن تتذكر أيضاً أن السبب في ذلك يرجع إلى أنهم أرغموا ذات مرة، على أن يشعروا بأن مجموع درجاتهم لا يزيد على خمس وسبعين.

وهم في الواقع وحقيقة الأمر، يبلغ مجموع درجاتهم المائة. وكم كان جديراً بهم أن يكونوا أسعد حالاً، هم ومن اتصلوا بهم، لو أنهم أدركوا أن في وسعهم أن يقنعوا بتلك الدرجات المائة –حيث يكنون هم، أنفسهم– وأن يتركوا كل شيء على حاله عند ذاك.

ولاشك في أنه إذا كانت لشخص ما، شخصية معتدلة، اتجهت الأمور وجهة أخرى. فإذا كانت درجاته تبلغ المائة، ثم أرغم على أن يشعر بأنها خمس وسبعون فقط، فإن ثقته بنفسه تصبح مزعزعة، وما يلبث أن يقتنع بأن مجموع درجاته لا يزيد على الخمسين وهكذا يدرك التلف شخصية أخرى، في دور التكوين.

وهكذا حتى إذا كنت قد خرجت عن طور أكذوبة "تأكيد الشخصية"، وأقلعت عن محاولة إيهام زملائك في اللعب، فلتحرص على اجتناب الانسياق مع نفسك في أكذوبة مماثلة تكذبها على نفسك! حاول ألا تنقص أو تزيد من تقديرك لنفسك، بل اجتهد في أن تقدر كفايتك الخاصة تقديراً معقولاً. وبعد هذا حدد لنفسك هدفاً في الحياة، ليس بعيد المنال إلى حد كبير، ولكنه ليس في متناولك، كي

تسعى إلى إدراكه.

وما دمت لا تزال طفلا، أقلع عن الكذب على الآخرين. فإذا كبرت، فأقلع عن الكذب على نفسك. على أن هناك لوناً واحداً من الكذب على النفس، نتورط فيه جميعا بين الحين والحين. فأنت عندما كنت طفلاً، فربما لم تكن سعيداً جداً. وبدلاً من أن توهم الآخرين بأكاذيبك المختلفة من أساسها، أطلقت لنفسك العنان، لتسعد بروائع أحلام اليقظة.

ولقد كان جميلاً أن تجلس وحدك، وتدع خيالك ينطلق هائماً، حتى تقنع نفسك بأنك لست مجرد "رتشارد"، أو "جين"، بل أنك فارس مقدام، أو أميرة في غياهب السجن.

والواقع أن هذا لا ينطوي على شيء كثير من الضرر بشرط ألا تقنع نفسك بأن ما تتخيله حقيقة، وبشرط ألا تتعلق كثيراً بهذه الخيالات إلى درجة الأعراض عن حقائق الحياة العادية.

ومثل هذه الأحلام شيء طبيعي بالنسبة إلى عهد الطفولة، والكبار الذين يسخرون منها إنما يكونون غير عطوفين، أو غلاظ القلوب. وحتى الكبار، يمكن أن تراودهم أحلام اليقظة دون أن يحدث أي ضرر، بشرط ألا يعمدوا إلى استخدامها كوسيلة للهرب من الحياة، حين تخذلهم قوة الإرادة في مواجهة مشكلاتهم.

وأحلام اليقظة يمكن أن توحي إلينا ما يجعلنا نصبح خيراً مما نحن عليه، وأن نقوم بدور ما في العالم. ولكننا كلما كبرنا، وجب علينا أن ندرك هذه الأحلام على حقيقتها، وإلا نجعل منها ذريعة للتراجع أمام الحقيقة ،فإذا كان ضميرك يرزح تحت عبء ثقيل من أكاذيب الطفولة، فمن واجبك أن تنساها. وليكن نسيانك إياها حقا وصدقاً. بدلاً من أن تقذف بها في خجل إلى مؤخرة عقلك، لأنك تعرضت للعذاب الأليم حينما كشف "فلان" أمر أكذوبتك أمام الجميع.

حاول أن تستخرجها من مكمنها ذات مساء، ثم أنظر إليها نظرة عادلة، ثم

اضحك من نفسك لأنك اختلقت تلك الأكاذيب، ولماذا اختلقتها؟ –لأنك كنت في ذلك الحين أضعف من أن تواجه نتائج أخطائك، أو لأنك أردت أن تبدو في أعين الآخرين أكثر مهارة، وأعظم أهمية، مما كنت تشعر به في دخيلة نفسك.

وليكن من أسباب عزائك أن الآخرين جميعا قد راودتهم نفس الأحلام، وارتكبوا نفس الأخطاء. فلست أسوأ من أي إنسان آخر، ولا أحسن.. هذا إذا كنت قد كبرت حقا، وودعت ذلك العهد.

الفصل التاسع عشر

سرقات الأطفال

كما أن حياة أي شخص لم تسلم من الكذب، فأنني أشك أيضاً في أن حياة أي شخص قد سلمت تماماً من السرقة على نطاق ضئيل إذا شئت، ولكنها سرقة على أي حال، شأنها كشأن سائر السرقات سواء بسواء.

على أنني أظن أن ما اقترفته في طفولتك من السرقات والاختلاسات الضئيلة، كان على صلة قريبة بأكاذيب طفولتك. فهما جميعا من مصدرين متماثلين أصلهما الرغبة في التظاهر: أما أمام الآخرين، وأما أمام نفسك: بأنك أكبر وأكثر أهمية مما كنت.

هل حدث مرة أنك سرقت شيئاً كي تعطيه شخصاً آخر، حتى ينظر إليك بعين الإكبار لسخائك وعطفك؟ أو لكي تتظاهر بأن الشيء المسروق كان من بين ما تملك، وأن امتلاكك له يجعل منك شخصاً عظيماً؟ أو لكي توهم فتاتك الصديقة الصغيرة الأولى، أنك موفور المال، حيث تشتري لها شيئاً غير عادي؟ أو لكي توهم نفسك بخوض المغامرة التي قد تنتهي بضبطك متلبساً بالسرقة، والاستمتاع بلذة النجاة، حتى تستطيع أن تقول لنفسك، كم أنت شخص رائع حقا؟!

ولتتوقف عن القراءة الآن لحظة، واستخرج المدفون في الأعماق، من ذكريات السرقات الصغيرة، التي أخجلتك كثيراً من حين إلى آخر. وأسأل نفسك: ألم يكن دافعاً مشابهاً لتلك الدوافع، ذلك الذي تسبب في ارتكابك إياها؟

وهناك بغير شك، سرقات لا تمت إلى هذا النوع، ولكني أظن أن من الصواب أن نقول أن الأغلبية العظمى من سرقات الأطفال، تحدث بدافع من أسباب مثل

هذه. وهي أيضاً "أكاذيب في الأفعال". وهناك "سرقة المحافظة على النفس"، وهي السرقة من حافظة نقود أمك لتعويض القرشين الذين ضاعا منك، لتجنب عقابك على أضاعتهما. وهناك سرقة "تأكيد الشخصية"، وهي تأتي في المقام الأول، فيما أعتقد. والقصد منها هو أن تظهر للآخرين أو لنفسك، مدى روعة شأنك. بل أن هناك "سرقة الحب"، حيث تريد الاحتفاظ بشيء لمسه شخص تحبه، أو تريد أن تقدم هدية ليس في استطاعتك شراؤها، إلى شخص تتمنى أن يحبك.

وإذا أنت نظرت الآن من كثب إلى تلك الأسباب الرئيسية التي دفعت بك وأنت طفل إلى ارتكاب بعض السرقات الصغيرة، فلن تلبث أن تدرك مدى قرب علاقتها بالغرائز الرئيسية المتأصلة في القلب الإنساني، وهي الغرائز التي نحملها جميعا في دخيلة أنفسنا، كجزء من التراث المنحدر إلينا من أقدم العصور.

وسرقات الأطفال هي جزء من الحياة الثانية لتلك العصور المتقدمة، التي لم يكن لقانون الأخلاق وجود فيها. ومعظم الأطفال يعيش عبر تلك المرحلة ويتخلصون منها في وقت وجيز للغاية.

فإذا أنت لم تتخلص منها، فإنك تكون معرضا لأن تظل كذلك حتى آخر أيام حياتك. وعندئذ لن يقدر لك أن تشب عن الطوق حقا، في دخيلة نفسك.

وهناك عدد ضخم من الناس في كل أنحاء العالم، يرتكبون السرقة، حتى عندما يكونون قد نضجوا من حيث العمر، وثمة أسباب كثيرة معقولة، لوجود "قانون الأخلاق"، الذي يقول بأن السرقة خطأ، وحمق. وأحد هذه الأسباب أن السرقة طريقة غير مرضية للحصول على الأشياء، دون العمل على الحصول عليها، أو صنعها بنفسك. وهي تفوت على الإنسان طربه بأنه بذل مجهوداً لتحقيق هذه الغاية.

كذلك يكون من أشد بواعث المضايقة أن تعيش في عالم تسوده السرقات "بالجملة". ولاشك في أنك سوف يستولى عليك الغضب الجنوني إذا سرق أحد منك شيئاً كنت شديد التعلق به، وربما كنت قد عانيت الضيق حتى حصلت عليه. وحينما

يكتشف أمر لص، فإن كل إنسان يحبه يتألم للعار الذي لحق به، حتى أن جذور الحياة العائلية لا تسلم من التأثر بذلك. فأنت لست شخصا واحداً قائماً بذاته، بل جزء من أسرة، وجزء كذلك من جماعة. وليس في وسعك أن تقوم بأي عمل لا يترك آثاره على الآخرين. وحتى إذا كان أمر اللص لم يكتشف، فإن غلطته تترك آثارها العميقة في عقله. وإحساسات الندم التي يرفض الاعتراف بها حتى لنفسه، ترسب إلى أعماق عقله الباطن، حيث لا يلبث أن يكون لها أبعد النتائج مدى فيه.

وهكذا ترى أنه حينما يبلغ الإنسان من العمر ما يؤهله لكي يصبح مواطناً، يجب أن يكون قد تغلب على تلك الغرائز الهمجية التي كانت السبب في أنه قد ارتكب السرقات في عهد طفولته.

ويعمد الوالدين في بعض الأحيان إلى تشديد العقوبة على سرقات الأطفال. ويبلغ من تلك الشدة أحياناً أن الطفل يشعر بأن الغلطة التي اقترفها لا تتناسب مع العقاب الذي تعرض له.

والواقع أن الطفل إذا كان غارقاً في الخطأ حتى أذنيه، فإني اعتقد أن الوالدين يخطئان، حيث يقامران بتسبيب مثل ذلك الغيظ في نفس الطفل، لأنه قد ينقلب إلى التحدي، بل ربما انتهى به إلى ارتكاب سرقات أخرى. فإذا كنت قد عوقبت بنفس الطريقة أحب أن تحاول التخلص من ذلك الغيظ الذي قد يكون سبباً في الإضرار بعقلك، وذلك بأن تحاول أن تفهم وجهة نظر والديك. فهما يعرفان تلك النظرة اللعينة التي ينظر بها إلى السرقة في عالم الكبار. وقد لا يكونان قد فهما أنك تجتاز مرحلة من النمو سوف تحين نهايتها عندما يحين وقتها. فقد كانا يخافان أن تصبح السرقة عادة فيك إذا هي انتهى أمرها بغير عقوبة.

وإذا هما لم يكونا على جانب من الحكمة وحسن الإدراك حقل، كان إسرافهما في عقابك بقدر محبتهما لك. لأن مدى عمق حبهما لا ينجم عنه سوى ازدياد خوفهما على مستقبلك.

فلتحاول أن تدرك أن اهتمام والديك بأمرك، هو السبب في هذه العقوبة. فإذا هما تجاوزا الحد، فإن السبب في ذلك هو أن إحساساتهما قد أسرفت في الانحراف بهما، بوصف كونهما من المخلوقات البشرية، وحسب.

وإذا كنت قد مررت بهذه المرحلة من السرقة في عهد الطفولة ثم تغلبت عليها، فلا داعي لأن تسبب لك ذكريات النكسات الباكرة أية مضايقة. أخرجها من صندوق المهملات، وأدرك كيف حدثت، ثم أنس كل شيء عنها بطريقة سليمة واعية.

ولقد ارتكبت الكثير من مثل هذه الأخطاء عندما كنت صغيراً. والواقع أنني إلى أن أصبحت بين يدي العالم النفسي لم أكن أدرك مدى تأثير إحساساتي الخفية بالخجل المتصلة بهذا الموضوع في شخصيتي. وأنت لست الشخص الوحيد الذي سرق مبالغ صغيرة من النقود، أو أشياء ليأكلها أو يرتديها. وإذا كنت قد أقلعت عن ذلك الآن، فليس من سبب يحملك على الخوف من أن تحدث مرة أخرى، كما هو الحال في مرض "الحصبة"!

غيرة الأطفال

لقد أدرجت الغيرة من الأخ أو الأخت في قائمة "جرائم الطفولة" الشائعة. لأنها كثيرة الشيوع، كما أنها قد تتسبب في نتائج تعسة حقا، إذا لم تلتفت إليها عين الإدراك، وتفرض عليها السيطرة في الوقت المناسب.

وليس بالمستغرب كثيراً، أن الطفل الذي شعر بأنه يحتل المكان الأول من حب والديه، يعتريه شعور بالاعتراض على قدوم غريب يشاركه ذلك الحب. وحين يكون ذلك الغريب لا يزال في المهد صبيا، فإنه يظفر بالجانب الأعظم من رعايتهما. وفي نفس الوقت، فإن المولود الأول قد ينزوي في ركن سحيق، شاعراً بأنه غير محبوب.

فهل حدث لك مثل هذا؟ ربما كان قد أوحى إليك في السنوات القليلة الأولى من حياتك أن أمك وأباك يخصانك وحدك. وأنا اعتقد أنه قد بلغ من أنانيتك

أنه لم يخطر لك قط أن كلا منهما يخص الآخر أيضاً بل كانا هناك لمصلحتك وحسب.

وإذا كان والداك قد فاتهما إعدادك لاستقبال طفل آخر، فإنك على حين غرة قد فوجئت بمجيء يوم تركز فيه اهتمام الجميع على "صرة" صغيرة قبيحة المنظر من الملابس، فلم تعد أمك وأبوك موجودين من أجلك وحدك. ولو كان والداك على شيء من الحكمة حقا، لأدركا أن من واجبهما أن ينفقا بعض الوقت قبل ذلك في إخبارك بأنهما يتأهبان لإحضار طفل آخر ليكون زميلاً لك في اللعب. ولو حدث هذا لكنت قد انتظرت يوم قدوم ذلك الطفل بشوق لا يقل عن شوقهما. ثم انتظرت إلى أن يكبر قليلاً حتى يصبح زميلاً حقيقياً.

ولو أن والديك قد أفهماك أن الطفل حين يحضر فإنه سيكون في بادئ الأمر صغيراً لا حول له ولا قوة، لأشاع ذلك في نفسك شعوراً جميلاً بأنك قد كبرت بحيث أصبحت تشارك أمك وأباك مهمة رعايته. أما إذا لم تكن قد أدركت ما سوف يحدث قريباً، فإن العالم الذي تعيش فيه قد يصاب بزلزال، في حين أنك لو كنت قد عرفت بنبأ حضور "الغريب" سلفاً، وكنت تنتظره بشوق، لكانت حياة العائلة جديرة بأن تبدو لك أكثر دفئاً وأمناً، لأن الأسرة قد كبرت بعض الشيء.

وهكذا فإن الشعور بالأمن الذي كنت في أشد الحاجة إليه، قد انهار، أو حوفظ عليه.. فإذا كان قد انهار، فإنك بالتأكيد قد كرهت الطفل الجديد، كرهت العالم الذي يمكن أن تحدث فيه أمثال هذه الفواجع المفاجئة.. أما إذا كان قد حوفظ عليه، فإن ثقتك في نفسك وفي الحياة، قد ازدادت قوة على قوة.

وإذا كنت قد هيئ لك من الأسباب ما فهمت منه أنك مستأثر بحب والديك كله، وأنك سوف تظل مستأثراً به على الدوام، فإنك قد اعترضت اعتراضاً مريراً على أن يكون لك شريك في ذلك الحب، حتى أنك قلت لنفسك في فيض مرارتك: أنك قد فقدته كله. ومن الناحية الأخرى، فلو أنه كان قد قيل لك أن مجيء الطفل

الآخر معناه إعطاء وتلقي قدر أكبر من الحب بين الجميع، لكنت على استعداد لأن تبادله حباً بحب..وهكذا فإن الشعور بالحب، الذي كنت في أشد الحاجة إليه، أما أن يكون قد انهار، وأما أن يكون قد حوفظ عليه.. فإذا كان قد انهار، فإنك بالتأكيد قد اعتراك شعور مرير بأن الحب لا يمكن الاعتماد عليه، وأنك لا تريد أن تحب أولئك الذين لم يعودوا يحبونك فيما يبدو. أما إذا كان قد حوفظ عليه، فإن مقدرتك على الحب لم يطرأ عليها إلا المزيد من القوة، كما أن حبك لوالديك ولأخيك –أو أختك– قد جعل الجميع يقابلون حبك بالمزيد من حبهم.

أما إذا كان الانهيار قد أصاب شعورك بالأمن وشعورك بالحب، فإن إحساسك بالاعتراض قد يكون قد أثر في علاقتك مع الأسرة بأسرها منذ ذلك اليوم حتى يومنا هذا.

فهل هذا هو ما حدث لك؟ إذا كان الأمر كذلك فمن واجبك أن تدرك الآن تلك الغلطة التي ارتكبتها، وأن تحاول إصلاحها. فكلما كانت الأسرة كبيرة، فإن القدر الذي فيها من الحب يكون كبيراً تبعا لذلك. فلماذا تسمح للاعتراضات بأن تستمر في طريقها، مع أنها بدأت في أول الأمر من طريق مجرد غيرة وسوء فهم في زمن الطفولة!

أما إذا كان شعورك بالأمن والحب قد حوفظ عليه، فقط، بمقدم أطفال آخرين، فعليك أن تحمد الله الذي وهب لك والديك الحكيمين، وألا تنتظر مني كلمة أخرى في هذا الموضوع.

فضول الأطفال

أريد منك أن تعود لحظة إلى الفصل السابع عشر، وأن تطالع الصفحات التي بدأنا فيها بحث مشكلات الطفولة. وسترى فيها أنني حرصت على أن أذكر أن ثمة أنواعاً من المشكلات تزيد على غيرها من حيث صعوبة استشارة الطفل والديه بشأنها.

وقد يكون في وسعك أن تفضي إلى والدتك ووالدك بما يزعجك من بعض الأشياء التي تصدر عن الطفولة: كالقسوة، والكذب، والسرقة، وحتى الغيرة. ومع هذا تجد عسيراً عليك أن تتحدث إليهما بشأن أنواع معينة من الفضول تخطر لك بطريقة طبيعية.

ولعلك تتذكر أننا في تدوين بيان بالغرائز أو الحوافز الفطرية، التي نشترك فيها جميعا، كان من بينها الرغبة في المعرفة. ولولاها لما استطاع الجنس البشري أن يتطور ويرتقي، إلى أن وصل إلى ما هو عليه اليوم. وبحث الإنسان عن المعرفة شيء يتكرر حدوثه في حالة كل طفل. فبمجرد أن يستطيع الطفل الكلام، فإنه يبدأ بالرغبة في معرفة "ماذا"، و"كيف"، وفوق كل شيء.. "لماذا"؟

وبمجرد أن تستطيع أن تمشي، بل تحبو، فإنك ترغب في استكشاف ما يحيط بك. وفي تلك الأيام، كان صعود الدرج، أو الهبوط إلى الطبقة السفلى من المنزل، عملا لا يقل في لذته المثيرة بالنسبة إليك عن الدوران حول العالم في سفينة شراعية بالنسبة إلى "كولومبس"!

وكان من الطبيعي، على مثل ذلك النحو، أن تهتم بأمر جسمك، وأن تتوق إلى معرفة بعض ما لا تدرك كنهه من حقائقه. وعندما كنت صغيراً جداً، كنت تدهش لأن جسدك يطرد المواد الفائضة عن حاجته. وربما كنت لا تذكر هذه الأوقات على الإطلاق، ولكنني على يقين من أنك في ذلك الحين، كان يبدو لك من المهارة بمكان أنك قمت فعلا بعمل شيء ما.

وآخر الأمر، فقد كان هذا أول عمل تقوم به!

وربما كان قد ثار فضولك فتساءلت بينك وبين نفسك: ماذا هو؟. ومن أين جاء؟

وذلك الاهتمام بجسمك قد تطور تطوراً طبيعياً بحيث أصبح اهتمامك يتناول أجسام الآخرين أيضاً، فتساءلت كيف تبدو أجسامهم تحت ثيابهم. ولقد بدا كل

ذلك مثيراً وخطراً، وعلى جانب أكيد من الأهمية. وحتى عندما كنت لا تزال صغيراً جداً، فقد بدأت تنشط فيك غريزة أخرى عميقة، ولو أنها لم تكن تبلغ بعض الدرجة التي بلغتها في الوقت الحاضر.

وفي أعماق عقلك الباطن، توجد الذاكرة الوراثية المنحدرة عن أجيال من الكائنات البشرية، أنجبت نسلها من طريق الاتحاد مع الجنس الآخر. وهكذا فإن فضولك الأول، الجغرافي فقط، قد تطور تطوراً طبيعياً حتى أصبح هو الفضول "الجنسي" الأول..

وهذه مراحل طبيعية تماماً من مراحل النمو والتطور، نمر بها جميعا. فإذا كان والداك على شيء من الحكمة، فقد كان في وسعهما أن يساعداك بتقديم المعلومات إليك في عبارات يسهل عليك فهمها، وبطريقة صريحة لا يظهر فيها التعمد.

ومن جهة أخرى، فإن هناك كثيرين من الكبار يحبون أطفالهم ويودون أن يفعلوا من أجلهم خير ما يستطيعون، ويجدون من العسير أن يجيبوا على مثل هذه الأسئلة.

ولهذا أسباب كثيرة:

١- لقد نسوا طفولتهم، ولم يعودوا يذكرون مدى الأهمية العظمى التي تقترن بها هذه الأشياء، حتى بالنسبة إلى طفل صغير جداً.

٢- إنهم يخافون أن يبدي الطفل اهتمامه قبل الأوان، بأشياء سوف يتعلمها فيما بعد.

٣- إنهم هم أنفسهم لم ينشئوا في طفولتهم تنشئة صحيحة. ولهذا يسيطر عليهم شعور بالخجل المسرف فيما يتصل بأجسامهم وما تؤديه من أعمال. وهذا الشعور بالخجل يحاولون أن يخفوه تحت غطاء من الحدة أو الاجتناب. وهو يبدو كذلك في ارتباكهم حين توجه إليهم أمثال هذه الأسئلة.

٤- ولعلك تسأل نفسك عن السبب في قولي "الخجل المسرف"، في الفقرة الثالثة.

وأنا لم أقل ذلك جزافاً بل عامداً، لان لي نظرية مؤداها أن أي شيء نقوم بعمله وحدنا دائماً، أو بصفة سرية (كتخليص أجسامنا من الفضلات أو القيام بالعملية الجنسية) يسبب لنا فعلا مقداراً معيناً من الارتباك إذا نحن تحدثنا عنه بصورة علنية.

والسبب في هذا هو أن تلك الأشياء لا نقوم بعملها ألا بمعزل عن الآخرين.

ولهذا فإن بعض التحرج في الحديث عنها لا يكون شيئاً غير طبيعي. ولكن الشيء غير الطبيعي، والضار أيضاً، هو الشعور المسرف بالخجل، بل الذنب، فيما يتصل بهذه الأمور العادية جداً، التي كان يتولى الآباء والأمهات والمدرسون تعليمها إلى ما قبل الأجيال القليلة الماضية.

وفي كل الأطفال فضولهم الطبيعي فيما يختص بأجسامهم وأجسام الآخرين من الناس. ولعلى أجازف بتكرير ما قلته، ولكني أريد أن أوضح تماما، أن هذا الفضول في حد ذاته ليس شيئاً رديئاً.

وبغير هذا الفضول لا يتيسر للطفل أن ينمو، كما أن الجنس البشري لم يكن ليقدر له هذا النمو والنضج، بغير هذه المميزات نفسها.

ومن المحتمل جداً أن تتذكر مثل تلك الأحداث في زمن طفولتك. فضولك المختلس في تلك الأمور التي أردت أن تعرفها. وشعورك بالخجل، عندما حملوك على الشعور بأن اهتمامك كان من ناحية ما، اهتماماً خاطئاً، ومثل هذا الشعور المسرف بالخجل والذنب فيما يتصل بأمور لديك فضول طبيعي تماما بشأنها، يغلب على الظن أنه قد أضر بك. ولما لم يكن في وسعك أن تقر هذا الشعور بالذنب، فإنك ربما حاولت أن تنسى الحادث بأسرع ما يمكنك، بل ربما تظاهرت بأنه لم يحدث أبداً.

وربما كنت قد حاولت أن ترى تكوين جسم شخص كبير. أو تقارن بين جسمك وبين جسم واحد من زملائك الذين يلعبون معك. وقد تكون عوقبت، أو سمعت ملحوظة جعلتك تشعر بأنك قذراً وشرير. حتى إذا لم يكن أمرك قد اكتشف

حينئذ، فإن مجرد علمك بأنك كنت تفعل شيئاً كان جديراً بأن يستوجب عقابك لو أنه قد اكتشف أمره، قد ترك فيك شعوراً بالذنب يبعث فيك الخجل. وجميعنا لدينا حوادث من هذا النوع، مدفونة في أعماق ذاكرتنا، إلا إذا كنا محظوظين إلى أبعد حد، فيما يعني آباءنا وأمهاتنا ومعلمينا.

أن امرأة جاوزت سن المراهقة، من معارفي، لا تزال تذكر شيئاً كان قد حدث عندما كانت سنها ستة أعوام على أكثر تقدير. فقد عاد أحد أخوالها من رحلة بحرية طويلة في وقت الليل. وكان من الطبيعي أنها أرادت أن تراه بدافع من حبها له، وبغير تفكير مطلقا (في تلك الحالة) في هذا النوع من الفضول الذي نتحدث عنه. فذهبت إلى الغرفة التي كان ينام فيها. ثم أدارت أكرة الباب، ودخلت الغرفة. وفي تلك اللحظة حضرت أمها إلى الغرفة، ووجدتها هناك. ومن ثم حملتها إلى الخارج، على أنها لم تعاقب بشيء، لأن والديها قد أدركا أنه لم تكن لها أية رغبة، فيما عدا مقابلة خالها بعد عودته من السفر. ولكن الشيء الذي لم يفهماه، هو الأثر الذي تركه غضبهما في عقلها الناشئ.

وقد كانا يتضاحكان ويسخران بصدد الموضوع، وكانت الطفلة تصغي.

ولنفترض أن الخال لم يكن في الفراش؟ لعله كان يرتدي ملابسه!. هكذا ضحكاً كثيراً من ذلك الحادث. وبعد أن سمعت الفتاة كل هذا، دون أن تفهمه حقيقة، خرجت منه بفكرة أنه لابد من أن يكون هناك شيء خفي مخجل في رؤية الناس عراة من ملابسهم.

وفي هذه الحالة، لم تبرز تلك الفكرة من نفس فضولها، ولكنها دخلت رأسها بتأثير الحديث العابر الذي دار بين والديها، دون تفكير منهما.

ومع أن الحادث كان تافهاً جداً، وبرغم أنه قد حدث منذ وقت طويل، فإن الطفلة التي أصبحت الآن امرأة، لم تنسه أبداً، كما لم تنس العلامة العميقة التي تخلفت في عقلها.

وغرضي الآن من قول كل هذا الذي قلته لكم، والذي قد يبدو سخيفاً أو غير محتاج للشرح بالنسبة إلى من كان منكم له والدان حكيمان إلى درجة غير عادية، غرض له ناحيتان.

فإنه سيساعدك الآن في معاملة أخوتك وإخوانك الصغار، وفيما بعد، في معاملة أطفالك أنت، حيث ينبغي أن تضع نصب عينيك، أنك لا ينبغي أن تفعل شيئاً من شأنه أن يسبب للطفل الصغير شعوراً بالخجل من فضوله الطبيعي. حتى إذا جاء سؤال الطفل في لحظة غير مناسبة، أو في حضرة بعض الغرباء، فمن واجبك أن تتقبله بهدوء، وبصفة عرضية. واشرح الشرح الكافي، بعبارات واضحة يفهمها الطفل، على حسب سنه.

ومن الناحية الثانية، ارجع بذاكرتك إلى عهد طفولتك، وحاول أن تتذكر بقدر ما يمكنك، أية مناسبات كان فضولك الطبيعي قد رده إليك بعنف واحد من الكبار قليل التفكير، بصورة تترك فيك على الدوام شعوراً بأنك لم يكن ينبغي أن تفعل مثل ذلك الشيء، أو تسأل مثل ذلك السؤال. تأمل هذه الذكريات جيداً. ثم وطد العزم على ألا تخاف أبداً النظر إليها في مواجهتها.

فلا شيء هناك مما يعني الجسد أو طريقته في العمل، جدير بأن يثير فيك الشعور بالخجل، أو يحملك على الارتباك.

ومن جهة أخرى، إياك أن يستهويك الإغراء، لأن عقلك قد تحرر من ارتباكاته الحمقاء، فتفزع من هم أكبر منك سناً، بما تدلي به بصوت مرتفع من العبارات الجريئة فيما يختص بالوظائف الطبيعية للجسم. فإذا أردت أن تعلن في العالم مدى تفوقك في حرية عقلك الجديدة، كان معنى هذا أنك لا تزال فيك بقايا من شعور الخجل القديم، وإلا لما أعرت الأمر أقل اهتمام.

وأنا أعرف اللذة التي ينطوي عليها إفزاع الآخرين ولكن للمسألة وجها آخر.

وهذه الأشياء بصفة عامة، لا تتناولها الأحاديث في المجتمع، إلا إذا اقتضت الضرورة.

وذلك لسببين:

١- إذا لم يكن الأمر ضرورة.. فلماذا تشغل بالكلام عن شيء يدركه الجميع؟

٢- مثل هذا الكلام قد يسبب ارتباكاً حقيقياً لأولئك الذين لم يتح لهم مثل ما أتيح لك من التربية المستنيرة.

ومن أدلة مراعاة الآخرين اجتناب تسبيب الارتباط للناس بقدر المستطاع، مهما بدا لك من سخف أفكارهم!

الفصل العشرون

الذهاب إلى المدرسة

لست أدري هل كنت تكره المدرسة، أم تحبها. أم أنك قد تمكنت من اجتياز مرحلتها بصورة ما؟ علما بأنك لم تكن لك مندوحة عن ذلك على أي حال، ولذا بدا لك أن تفوز بخير ما تستطيع الفوز به. والكثيرون منا يحبونها، عندما نكون أطفالاً صغاراً، ثم نبدأ في التضايق منها عندما نتدرج في مراحل التعليم، حيث نشعر بالرغبة في الخروج، لنكسب أرزاقنا بأنفسنا.

وهناك آخرون يكرهونها وهم لا يزالون صغاراً. ثم لا يلبثون أن يميلوا إلى المزيد من الحرية، الذي يتاح لهم بعد أن يتقدموا سواهم في سنوات الدراسة.

ولماذا يجب علينا أن نذهب إلى المدرسة، على أي حال؟

أعتقد أن هناك سببان رئيسيان:

أحدهما واضح إلى حد معين. فإذا كان عليك أن تواجه نفقات حياتك، فالتعليم الجيد يمنحك العتاد الضروري. وهنالك أسباب أخرى أيضاً. فإن التعليم يتيح لك أيضاً أن تنفق ساعات فراغك بطرق ممتعة. فإن لم يكن في وسعك أن تقرأ –لأنك لم تتعلم القراءة والكتابة– فإن الكثير من الكتب المسلية الغنية بالمعلومات، يصبح بعيداً عن متناولك. أما فيما يعني الموسيقى، والفن، والمسرح، والبالية، وما إليها فإن متعتها الرائعة تفوتك بسبب أن عقلك لم يتعود الاستمتاع بها في غضون سنوات المدرسة.

والأشياء التي هي من نوع جمع طوابع البريد والتنقيب عن الآثار وغيرها من الموضوعات الكثيرة الأخرى التي يعلم الناس أنفسهم الاهتمام بها –تتطلب أساساً

من التعليم النظامي قبل أن تستطيع أن تبلغ درجة بعيدة في فهمها.

ومهما يكن من شيء فهناك سبب آخر كبير من الأسباب التي تجعل أيام الدراسة ضرورية بالنسبة إلينا: وهو أننا نتعلم في المدرسة كيف نصبح أعضاء في جماعة أوسع أفقاً من الأسرة.

فأنت ترى معي أنه لكي نصبح مواطنين، لابد لنا من أن نجتاز بالتدريج مراحل يصبح فيها عالمنا أوسع فأوسع. والواقع أنه نظام معقول حقاً، أننا بعد أن بدأنا ندرك أننا جزء من عائلة، ينبغي أن نسير قدماً حتى نجد أنفسنا أعضاء في جماعة المدرسة.

والتجربة التي نكسبها بهذه الطريقة تساعدنا على أن ننتقل خلال مراحل تدريجية إلى حيث نصبح مواطنين في بلادنا، وفي العالم.

وحينما ذهبت أنت إلى المدرسة، اصطدمت بحقائق قاسية معينة ، ففي البيت، كنت في معظم الحالات واثقا من الحب. حتى أنك كنت تنظر إليه بوصفه حقا من حقوقك. أما في المدرسة، فإنك إذا أردت الصداقة كان عليك أن تسعى في سبيل الحصول عليها، من طريق التودد إلى الآخرين، والموافقة على وجهات نظرهم، وفي بعض الأحيان، بصرفك النظر عن رغباتك الخاصة، إذا لم تتفق مع رغبات الباقين.

وفي بعض الأحيان ينقضي على الأفراد زمن طويل جداً قبل أن يدركوا أنهم في هذا العالم لا ينبغي أن ينتظروا الظفر بالصداقة، إذا لم يبدوا الاستعداد لمنحها.

وأكثر من أعرف من الناس شعوراً بالوحدة، أشخاص قد يوحون إلى غيرهم – بسبب شدة الحياء، قبل كل شيء– بأنهم لا يهتمون بأمر من يقابلونهم من الناس. وفي هذه الحالة، لا يهتم بهم الأشخاص الذين يقابلونهم، ومن ثم يظلون في شعورهم بالوحدة!

وهي نفس القصة القديمة، فإنك لا تستطيع الاستمرار في الأخذ، دون أن تعطي. ولكي تظفر بصداقات، يجب أن تظهر منذ البداية أنك على استعداد لأن

"تعطي"– وأنت تفهم طبعا أنني لا أقصد هنا أن تعطي "أشياء"، بل أقصد أن تعطي "صداقتك".

هل كنت غير سعيد في المدرسة؟

لعلك لقيت بعض الصعوبة أول الأمر، في تعود الذهاب إلى المدرسة، بعدما كنت تشعر به في البيت من الأمن، وبعد صغر الجماعة من الناس، الذين ألفت الحياة بينهم.ولعله لا يزال لديك ذكريات غير سعيدة عن المدرسة، لذلك السبب.

وفي هذه الحالة، فكل ما تستطيعه الآن هو أن تعود بذاكرتك باحثاً عن الأسباب التي نجم عنها أنك لم تكن سعيداً. وحاول أن تزيل كل ضرر يمكن أن يكون قد حاق بك من جرائها.

ولعلك ترى معي أنه كما حدث في حالة الطفل الصغير الذي رد على إهمال أمه لأمره، بأن وطد عزمه على ألا يحبها، فلما تقدمت به سنوات العمر أصبح غير قادر على أن يحب أحداً –فكذلك الحال في الشخص الذي لم يكن له أصدقاء في المدرسة حيث يحتمل أن يحكم على نفسه بالحرمان من الأصدقاء طول حياته.

ولما كان نمونا ككائنات بشرية يتوقف إلى حد كبير جداً على اتصالنا بالناس والأشياء التي نتعلمها من طريقهم، فإن مثل ذلك الشخص جدير بأن يفوته كثير من الفرص ليعيش حياة كاملة.

والأطفال في مدارسهم قد يتألمون بسبب كونهم متقدمين أو متأخرين، أي أن ذكاءهم قد يكون سابقاً أو متخلفاً عن المستوى المفروض في أعمارهم. ومهما يكن الوضع، تقدماً أو تأخراً، فمن المحتمل أن تتأثر شخصياتهم على نحو غير مرض.

فإذا كنت طفلاً متأخراً، فقد يدهشك أن تسمع أن الطفل المتقدم، الذي كنت تظنه جديراً بالحسد إلى حد كبير –قد تعرض للمتاعب بسبب تقدمه. أما إذا كنت طفلاً متقدماً فقد تكون أدركت هذا الآن بنفسك، وأن كنت لم تعترف به بعد

لأسباب مرجعها إلى عزة النفس.

وفي المدرسة، يوجد عدد كبير من الأطفال المقسمين على حسب أعمارهم إلى فصول أو فرق مختلفة. ولكن الأطفال المتساوين في العمر، قد يختلفون جداً من حيث النمو، فيما يعني الذكاء والإحساس على السواء.

ويحدث في بعض الأحيان، أن ينجم موقف نجد فيه أن الأطفال المتأخرين يجاهدون في سبيل اللحاق بالركب، والمتقدمين ينطلقون في طريقهم، في الطليعة. والمعلمون، إذا كانوا على شيء من الحكمة، يحاولون أن يقوموا بتنظيم هذا بعض الشيء. حيث يلحقون بعض الأطفال بفصول أعلى، حتى ولو كانوا صغار السن جداً. بينما قد يظل أطفال آخرون في الفصول دون العالية، وأن كانوا أكبر سنا من زملائهم.

فهل هذا يحل المشكلة، على أي حال؟

كلا. لسوء الحظ، بل كثيراً جداً ما يؤدي هذا إلى خلق مشكلات جديدة.

الطفل المتقدم، والطفل المتأخر

هل تتذكر كيف كان شعورك حين وجدت نفسك وقد ارتفعت كثيراً عن مستوى سنك في أحد الفصول العليا أو حين وجدت نفسك وقد أبقيت في فصل واحد مع أطفال أصغر منك سناً؟

ومهما يكن من أمر التجربة التي مرت بك، فسترى بنفسك، إذا بذلت جهداً كافياً لتتذكر، الأثر الذي تركه فيك هذا الحادث.

لقد وضعوك في مستوى أعلى مما يجيزه عمرك. ولاشك في أنك شعرت لهذا بكثير من الزهو. ولعلك تباهيت بهذا في المنزل، وشعرت بالامتياز على أقرانك في المدرسة.

فإذا كان التلاميذ الآخرون قد نشأت لديهم الفكرة بأنك قد استبدت بك الخيلاء، فربما كنت قد وجدت نفسك وقد انفض معظم أصدقائك من حولك. والنتيجة الطبيعية لهذا، هي أنك حاولت أن تقول لنفسك أنك لا تهتم بهذا الذي

حدث لك، كأنك تخفي الشعور بالألم. وهكذا تكون قد زدت الطين بلة، وتكون الحال قد تفاقمت عن ذي قبل. ولعلك بمرور الزمن، ولاسيما إذا كنت قد واصلت الدراسة حتى دخلت المدرسة الثانوية، قد أدركت أنك لست الشخص البارع الوحيد في العالم.ففي المدرسة الصغيرة، التي يذهب إليها أطفال يسكنون منطقة صغيرة، قد تكون أنت نجماً كبيراً ساطعاً، وتستقر في ذهنك فكرة كونك النجم الوحيد في السماء. ولكنك حين تنتقل إلى مدرسة ثانوية، تجتمع فيها نخبة منتقاة من عقول أبناء منطقة أوسع كثيراً، فإنك في كثير من الأحيان لا تلبث أن تدرك كم كنت على خطأ.

ومع أن هذا الاكتشاف قد يكون مؤلماً في البداية، فإنه شيء عظيم النفع لك فيما بعد، وذلك إذا كان لك من حسن الفطنة أن تتعلم من الدرس. لأن في هذا العالم من يفوقونك بمراحل، من حيث البراعة، وإذا أنت خرجت إلى ملاقاة الحياة منتفخ الأوداج بفكرة براعتك الفائقة، وجدت في انتظارك بعض الصدمات.فإذا كنت شاباً بارعاً، فأشكر لنجمك السعيد هذه المواهب الطبيعية، ولتكن نظرتك إليها مقصورة على مجرد كونها –مواهب، ينبغي أن تعترف بجميلها.

وإذا كنت قد نميت هذه المواهب بالعمل الجاد، فهذه نقطة تسجيل في قائمة حسناتك. ومن جهة أخرى، أسأل نفسك عما إذا كنت في نفس الوقت، قد أهملت تنمية شخصيتك؟

هل أنت شخص رقيق الحاشية، قادر على مسايرة الآخرين دون خيلاء، ودون أن تجعلهم يظهرون بمظهر ضئيل، عندما تعرف من الأشياء ما لا يعرفون؟ أو أنك تتلقى المدح لأنك ربحت الجائزة، ثم تدير رأسك صلفاً؟

وعلى نحو ما سنرى فيما بعد، فإن نظرتك إلى الأمور الآن، بعد أن كبرت وودعت أيام المدرسة، قد تتيح، وقد تفسد، أمامك الفرص، حين يأزف الوقت لتبدأ حياتك العملية.

وليس ادعى إلى الحزن من رؤية شخص في ريعان شبابه، لامع المواهب، يعجز

آخر الأمر عن الوصول إلى أية غاية، بسبب وجود أخطاء في شخصيته، يمكن أن يساعد قليل من الحكمة على إصلاحها قبل فوات الأوان.

وهنا.. كلمة أنصاف للطفل المتأخر.. أكبر الظن أنك قاسيت الآلام لأنهم جعلوك تشعر بأنك صغير تافه، في المدرسة وفي البيت أيضاً. وكنت تعلم أن معلميك، وأهم من هذا، والديك، كانا ينتظران منك أن تظهر تفوقاً. ولكن هذا بدا غير ممكن لسبب ما.

ولقد كان أثر هذا فيك، إحدى اثنتين:

فإنك سرت في طريقك بخطى واهنة، شاعراً طول الوقت أنك لن تصل إلى أي هدف، لأنك كنت شديد الغباء. أو فكرت بينك وبين نفسك قائلاً "اللعنة لكل هذا. إذا لم استطيع ترك أثر طيب بطريقة أدائي للدروس. فإنني على أي حال سأفهمهم أنني غير مهتم لذلك". وفي هذه الحالة، فإنك ربما كنت قد ظفرت بإعجاب زملائك الذين يفوقونك غباء، بجنوحك إلى التمرد بقدر ما سمحت به شجاعتك.

وأني لأشعر بكثير من الانعطاف إليك، فلا أحد يحب أن يشعره الغير بأنه غبي. ومن الناحية الأخرى أظن أنك كنت أغبى من اللازم، بالإسراف في التصرف بأية طريقة من هاتين الطريقتين.

وبعض الناس يكون نموه أبطأ كثيراً من نمو الآخرين. وستجد مثالا لذلك في كل نوع من أنواع الحياة. فشجيرة الكمأة (عش الغراب) تنبت ساقها في ليلة، بينما شجرة البلوط لابد لها من القضاء سنين قبل أن تتفرع أغصانها وتوغل جذورها في أعماق الأرض.ونموك البطيء لا يعني أنك لن تنمو أبداً إذا لم تكف عن المحاولة.

هل تذكر قصة "البطة الصغيرة الدميمة"؟ إنها جديرة أن تساعد أولئك الذين ينمون ببطء، والأشخاص الناشئين الذين يزعجهم خوف خفي من أنهم ليسوا على شيء من الجمال. وكثير من أحسن الأشياء وأجملها تمر بمرحلة طويلة من عدم وضوح

المعالم، قبل أن يكتمل نموها.

وليس هناك ما يحول دون بلوغك –أن لم يكن تجاوزك– درجة الأطفال الذين يقال عنهم أنهم "بارعون"، إذا أنت أصررت على المثابرة، ولم تسمح لنفسك بأن يختلط عليك الأمر، أو يستولى عليك القنوط.. إياك أن تقنط. ولا تكن من الحمق بحيث تفلت منك الفرص المتاحة لكي تبلغ بعض الأهداف، بإضاعة وقتك في العبث هنا وهناك، في حين يكون في استطاعتك أن تتعلم.

وليس معنى هذا أن هناك ضرراً ما في بعض اللهو. فالحياة في أي سن، لا يكون لها شيء من اللذة دون لهو. فالشخص المتزمت الصارم، يثير الضجر على نحو ما يثيره الشخص الذي لا يكف عن الدعابة والاستضحاك. ولكن إضاعة وقتك سدى بصفة مستمرة، هو مجرد تضييع لمستقبلك.

وعلى هذا فإن من واجبك في المدرسة، وفي الحياة كذلك فيما بعد، أن تضع نصب عينيك أنه لا ينبغي لك أن تنزوي منكمشاً، ولا أن تنطلق ثائراً، بسبب اعتقادك أنك أقل براعة من أي إنسان آخر، فربما كنت نباتاً بطئ النمو! ومن ثم أعط نفسك فرصة الإفادة من الشك.

وعلى هذا النحو أيضاً، إذا كنت لماح الذكاء على الدوام، فلا تنطلق في حياتك متأثراً بفكرة أنك استثناء خارق في عالم من الأغبياء. ولتستثمر مواهبك بقدر المستطاع، ولكن.. عليك بتنمية التواضع في نفسك أيضاً، بحيث تدرك أن بين كل هذه الملايين من الناس الموجودين في العالم، لابد أن يكون هناك على الأقل، مليون من الأشخاص، لا يقلون براعة عنك.

لقد تحدثت إلى كل من المتقدمين والمتأخرين من الأطفال. والآن، ماذا نقول في الطفل "العادي" الذي يبدو أنه يحتل على الدوام مركزاً وسطاً في ترتيب تلاميذ فصله، والذي يجيد الرياضة البدنية والألعاب، وإن كان لا يتفوق فيها.

هذا هو الطفل الذي قد يكون أسعد الجميع، لأنه ليس ثم ما يضايقه من

المزعجات والمنغصات التي يعانيها الأطفال المتقدمون والأطفال المتأخرون على السواء. على أن هنا يجثم خطر كبير واحد، حقيقة: هو ألا يصبح قانعاً بحاله، وراضياً عن نفسه. فلتتخذ لنفسك هدفاً يبعد قليلاً وراء ما بلغته حتى الآن. وستحظى بارتياح عظيم حين تبلغ هدفك الجديد، فضلا عن أنك سوف تشعر بدافع جديد يحثك على أن تستمر في السير قليلاً بعد أن تبلغ ذلك الهدف.

المدرسة اليوم، وغدا

بغض النظر عما إذا كنت طفلاً متقدماً، أو متأخراً أو وسطاً، فلابد أنه قد خطر لك بين حين وآخر، وأنت تنظر إلى ضوء الشمس في خارج نوافذ غرفة الفصل في مدرستك، أن تتساءل فيما بينك وبين نفسك عن السبب في سجنك لكي تتعلم ما في الكتب المدرسية من حقائق.

وأنا اعترف بأن هذا يبدو شيئاً يشق على النفس.

ولا أظن أن أحداً من الناس يعتبر نظامنا الحاضر في التعليم نظاماً مثالياً على وجه الإطلاق.وقد أدخلت تحسينات عظيمة في السنوات الأخيرة، حتى أن الطفل الصغير جداً، أصبح يندمج تدريجاً في جو المدرسة، ويبدأ تعليمه من طريق اللعب. وذهبت إلى غير رجعة، تلك الأيام التي كان فيها الطفل الصغير يدفع به على الفور إلى اقتحام الدرس والتحصيل.

ومع هذا لا زلت أتمنى أن تخفض دراسة الكتب إلى الحد الأدنى في السنوات القليلة الأولى في المدرسة، فإن مجرد وجودنا مع أطفال آخرين، يساعدنا على أن نتعلم كيف نعيش بين الجماعة وهو درس نافع أعظم النفع في المستقبل. وهناك الكثير مما قد يحسن تعديله، في طريقة إدارة مدارسنا، وفي الأشياء التي تتولى تعليمها، على السواء.

مثال ذلك ، أن المعلمين والتلاميذ جميعا، سوف يستفيدون إذا قل عدد التلاميذ في الفصول الدراسية. وسوف يكون عمل المعلم أسهل، كما يكون في استطاعته أن يكرس المزيد من اهتمامه للعناية الخاصة بكل طفل. كما أن الطفل

سوف يستفيد هو الآخر، إذ أنه لن يمضي لاهثاً إلى مؤخرة فصل كبير، أو متحفزاً للتقدم إلى الأمام، نحو شيء آخر.

ولكن الفضول القليلة التلاميذ، تستلزم وجود مزيد من الغرف ومزيد من المعلمين. والحقيقة الملموسة، هي أننا مفتقرون إلى كل هذا. وليس المحتمل أن نستطيع تحقيق تلك الرغبة إلا بعد مضي وقت مديد، بسبب النكسة التي أصابتنا كأمة ولا نزال نعانيها، من جراء الحرب..وهكذا يجب علينا أن نواجه الحقائق على ما هي عليه، وأن نقنع بمسايرتها ،وربما كنت قد تمنيت أيضاً، عندما كنت صغير السن جداً، لو أنك كنت غير مرغم على حفظ بعض الأشياء عن ظهر قلب –كترتيب الأحرف الأبجدية، وجدول الضرب، وما إلى ذلك.

وأنا اعترف أن ذلك يبدو سخيفاً من أول نظرة. وتكليف كبار الأطفال بحفظ قوائم مطولة تحصى بعض الأشياء، عن ظهر قلب، عمل لا طائل وراءه، ولا يسفر عن أية فائدة على الإطلاق، فضلا عن أنه يجعلهم يشعرون بالعجز والغيظ.

ولكنك ترى معي أنك إذا لم تتعلم أشياء أولية معينة في البداية، فإنك لن تستطيع الوصول إلى الموضوعات المبنية عليها كالقراءة، والحساب. وفي هذه الحالة قد لا تكون قادراً على كسب رزقك، والاستمتاع بأوقات فراغك.

والسبب في ضرورة تعلم هذه الأشياء بهذه الطريقة في بواكير أيام المدرسة، هو أنه يكون من العسير بعد ذلك أن تحتفظ الذاكرة بما نريدها أن تحتفظ به. فكلما تقدمت بنا السن، فقدنا "ذاكرة الببغاء"، التي يمتاز بها صغار الأطفال.

وأعتقد أنك تستطيع الآن أن تدرك بنفسك لماذا يجب تعلم هذه الأشياء. ولكنك قد تسأل عن السبب الذي يحتم تعلم اللغة اللاتينية وعلم الجبر، وما إليهما من الأشياء التي لا يحتمل أن تستعملها في المستقبل أبداً؟..

وأتفق معك في الرأي إلى حد كبير جداً. ولسوف يأتي الوقت، الذي تراعي فيه ميول الطفل واستعداده الطبيعي، عند تقرير نوع التعليم الذي ينبغي أن يتلقاه. ولقد

أصبح في الإمكان الآن أن يستفاد من العلماء النفسانيين لاختبار وقياس نوع الذكاء في كل طفل. ولدى تطبيق علم النفس في التعليم، فإن الطفل الذي لن يستفيد أبداً من تعلم موضوعات معينة، لا يفرض عليه أن يضيع وقته في دراستها. بل يوضع منهج تعليمه بحيث يستفاد من مواهبه في الاتجاهات الأخرى.

على أنه يجب علينا ألا نسرف في هذا أيضاً. وأولئك الذين لا يعنيهم سوى الاستغلال والتسخير، قد يحتجون بأن العامل اليدوي لا يحتاج فعلا إلى تعلم القراءة والكتابة. وفي هذه الحالة فإن الآلاف من العمال سوف يحرمون متعة الفراغ والفرص المتاحة لتوسيع آفاق عقولهم، مما يعتمد على معرفة القراءة والكتابة.

ونحن لا نريد أن نجعل من تقسيم شعبنا، نظاماً طبقياً! فليس ينبغي أن يكون الاستغلال هو أساس نظامنا التعليمي، بقدر ما يكون أساسه تهيئة الفرص. وينبغي أن تتاح لكل طفل الفرصة لكي ينمي ملكاته الخاصة بينما يكون مستمراً في اكتساب معرفة واسعة بالحياة والعلم بوجه عام.

فمن واجبك أن تلائم بين نفسك وبين الأشياء على ما هي عليه، لأنك لا تستطيع أن تجد بديلاً عنها، وأن لم يكن ثمة ما يقف في طريقك فيما بعد، لكي تستفيد من تجاربك الخاصة في تعديل الأشياء أمام الأجيال القادمة. والنقد سهل جداً، ولكنه يصعب كثيراً في بعض الأحيان أن تعثر على حل يكون مرضياً من كافة الوجوه.

ولعلك ترى معي أن الحرية المطلقة في أن تفعل ما تشاء لا يسمح لك بها في العالم. وإذا نشأت عندك الفكرة في طفولتك، بأنك تستطيع أن تقول أو تفعل ما بدا لك، فأغلب الظن أنك سوف تصاب فيما بعد برد فعل عنيف حين تستيقظ من أوهامك!

وحين يجئ دور سعيك في طلب الرزق، فإنك كذلك قد تجد نفسك متخلفاً كثيراً عن أشخاص في مثل سنك، فيما يتصل بموضوعات لم تنل شيئاً من اهتمامك إلا منذ عهد قريب جداً.فإذا كنت قد درست الموضوعات الأولية الضرورية، فإنه يصبح من السهل عليك أن تستأنف دراستك فيما بعد. وإلا، كان من العسير جداً

أن تبدأ من حيث البداية الأولى، بعد أن فقدت "ذاكرة الببغاء" التي كانت عندك في عهد طفولتك الباكرة.

وأنا شخصياً لا أظن أنه سيكون هنالك نظام للتعليم "كامل" خال من أوجه النقص في هذا العالم، قبل مضي زمن طويل جداً، إذا كان هذا في الإمكان على الإطلاق.

على أن الحاجة ماسة إلى نظام يقف في منتصف الطريق بين الحرية في ألا تفعل شيئاً، على نحو ما يحدث في "المدرسة التقدمية"، وبين الإرغام على أن تتعلم من الموضوعات ما سوف لا يعود عليك –شخصياً– بأية منفعة، على نحو ما يحدث في المدرسة العادية. ولما كان من واجبك أن تتمشى مع نظام التعليم الحاضر، بل ربما كان عليك أن تجتاز بعض الامتحانات لتتاح لك بداية طيبة في الحياة. فليس في وسعك الآن أن تسلك طريقاً آخر، سوى أن تبذل غاية جهدك في الحصول على خير النتائج.

وإذا كنت قد اكتسبت من حياتك المدرسية فكرة عن أسلوب الحياة مع الجماعة، وإذا كان ما تلقيته من التعليم يتيح أمامك الفرصة لتكسب رزقك. ولتكون لك أوقات فراغ ممتعة، فإنك تكون قد استفدت من الأوضاع الراهنة بالقدر الكافي.

وكلما شعرت بأن وقتك يضيع سدى، أو بأن فرصا معينة قد استرجعت، فإنه تكون لك الخيرة فيما بعد، في أن تبذل غاية الجهد لتصحيح الأوضاع بالنسبة للآخرين.

الفصل الحادي والعشرون

العمل والتسلية

في نهاية الفصل السابق، استعملت عبارة "ملء الفراغ بطريقة ممتعة". وهي عبارة يغلب فيها الترفع عن أساليب السوقة. ولكن من الصعب أن أعبر عما أعني. وكلمة "هوايات" لا تؤدي المعنى على الوجه الأكمل، لأن صداها يوحي بشيء من التقييد، وكأنها لا تعني سوى أشياء مثل جمع طوابع البريد.. فالذي أعني الإشارة إليه يزيد كثيراً عن هذا، لأنني أقصد إلى الحديث عن استخدام ساعات فراغك.

ومن أغرب الأشياء أن الناس الذين يبذلون أشق الجهود في أداء أعمال لا تكاد تعني شيئاً بالنسبة إليهم، كثيراً ما يكونون هم أولئك الذين لا يعرفون ماذا يفعلون في أوقات فراغهم.

ولاشك في أن بعض الناس يشعرون بكثير من السعادة في أداء عمل لا يتطلب أن يبذلوا في أدائه جهداً عقلياً ضخماً. حتى أنهم ليشعرون بالارتياح إلى عمل قد يدفع بغيرهم إلى الجنون مثل أداء عمل مكرور معاد، في مصنع لتجميع أجزاء السيارات.ولعلك تعرف كيف يصنع معظم السلع المجهزة للاستعمال مباشرة، في هذه الأيام.

وحتى ما قبل القرن التاسع عشر، كان كل شيء مما يستخدم في الحياة اليومية، يصنع أما باليد، وأما بالاستعانة بآلات بدائية جداً. كانت المنسوجات يتم نسجها باليد، وربما كان النساج يفخر بمهارته، وبجمال أنواع الزخرف التي كان يستطيع إنتاجها. كما كان الأثاث أيضاً يصنع باليد صنعاً دقيقاً. وهذا هو السبب فيما نشاهده اليوم من شدة الإقبال على آثار أقطاب تلك الصناعة، مثل "شيبنديل"

وغيره، لما تمتاز به من الجمال، فضلا عن القيمة التاريخية.

وقد عني الناس عناية فائقة بما كانوا يؤدون من الأعمال، وكان هذا في حد ذاته أقرب إلى الهواية، بالتأكيد، بالنسبة إليهم. ولكن كل شيء قد تغير اليوم، في معظم الأحيان.

ومثال ذلك أنه حينما تصنع سيارة، فإن أمر صنعها يهم كثيرين من الناس. حيث لا يقوم شخص واحد بصنع سيارة بأكملها إلا من يضع تصميمها، لأنه يرى كل شيء فيها في عقله أول الأمر.

ويقوم عمال معينون بوضع الأساس في جسم السيارة. ويمر هذا الأساس بعد ذلك في ممر متحرك يقف على جانبيه عمال ينحصر اهتمام كل منهم في إضافة جزء صغير إلى هيكل السيارة.

وبمرور السيارة في حلقات تلك السلسلة، تتخذ شكلا. ومع هذا فإن كل العمال الذين تمر بهم في طريقها لا يعنيهم شيء من أمرها على الإطلاق، إلا فيما يختص بهم من إضافة صامولة هنا أو مسمار هناك، أو نحو ذلك، قبل أن ينصرف انتباههم إلى السيارة القادمة بعدها بهيكلها الذي سيصنعون به مثل ما فعلوه تماما من الأشياء الصغيرة بالهيكل الذي سبقه.

طول اليوم، وكل يوم

ومن وجهة نظر صاحب المصنع، فإن هذه طريقة أرخص تكلفة وأكثر توفيراً للوقت إلى حد بعيد، لإنتاج السيارات، مما لو كانت كل سيارة يقوم بصنعها فرد واحد يحب عمله ويحرص على إتقانه.

وبعض الناس مخلوقون بأمزجة تسمح لهم بأداء مثل هذا النوع من العمل المكرر المعاد، دون أية مضايقة. بل أنهم قد يسعدهم ألا يضطروا إلى بذل أي جهد عقلي ، وربما كان مما يساعدهم أن ينطلقوا إلى حيث تكمن أحلامهم الخاصة التي تراودهم

فيما بينهم وبين أنفسهم، والتي يظهرون فيها بمظهر البطولة بغير شك، أو بمظهر شخصيات خيالية، تختلف كثيراً عن حقيقتهم التي هم عليها في كل يوم.

ومع هذا فإننا كثيراً ما نجد أن هؤلاء الناس بالذات، الذين يقومون بأعمال جديرة بأن تثير الشعور بالاكتئاب هم الذين يتجهون إلى المسرات المصطنعة، في التماسهم للتسلية. ولما كانت عقولهم متكاسلة أثناء العمل فإنهم يرسبون إلى أعماق الكسل العقلي حتى في تسلياتهم.

وأولئك الناس الذين يكون عملهم جزءاً من حياتهم، من ناحية أخرى، هم في معظم الأحيان أولئك الذين يصنعون بأنفسهم طرائقهم في تزجية الفراغ.وربما سبق إلى ذهنك أنني قد خرجت بعض الشيء عن أيام دراستك. وهذا غير صحيح حقا.

فأنت في المدرسة، في موقف يماثل إلى حد كبير، موقف العامل: فإما أن تتبع نظاماً ثابتاً لا تدرك الحكمة فيه. وأما أن تهتم اهتماماً واعياً بعملك.

ما هي الانفعالات التي تصدر عنك، بدافع من شعورك نحو المدرسة، في أوقات فراغك؟

ربما لامك والداك أحياناً على كثرة ترددك على دور "السينما". وربما كانا قد سمعا وهما يقولان أنهما يريدان أن تبتعد بأنفك عن كتبك الخالدة، وتخرج لتستنشق بعض الهواء النقي.

وفي الحالتين جميعا، كانا فيما قالاه على شيء.. وأن كانت طريقتهما في التعبير أضعف الطرق تأثيراً فيك. ولا يسبق إلى ذهنك أنهما ليسا على حق أحياناً، لأنهما يثيران ثائرتك بين حين وآخر، بما تسميه "المناقرة" بينك وبين نفسك! وافتقارهما إلى اللباقة أو جهلهما بعلم النفس، لا يعني أنهما مخطئان دائماً. ومن الخير أن تدرب نفسك منذ الصغر، على عدم الاعتماد التام على المسرات المصطنعة.

وأفهم جيداً أنك بعد قضاء أسبوع مرهق في المدرسة، قد ترغب في الذهاب إلى "السينما" يوم السبت. ولا ضرر في ذلك. ولكن المتاعب تبدأ حين تنفق كل أوقات فراغك في هذا وغيره من المسرات المصطنعة. وسأحاول أن أشرح لك لماذا؟

فأنت تذكر كيف رأينا أن الحياة على الأرض قد نمت وتطورت من "الأميبا" الأولى البسيطة، لمجرد جهد متواصل في سبيل إدراك حياة أوسع. والعكس صحيح أيضاً، فلو أن أي كائن حي كف عن استعمال أحد أعضائه، فإن هذا العضو لا يلبث بمضي الزمن أن ينقرض. وإذا نحن امتنعنا عن استعمال أرجلنا. وعمدنا حتى في انتقالنا بين أرجاء البيت إلى الجلوس على مقاعد ذات عجلات، فإن الجنس البشري بمضي الزمن لا يلبث أن يفقد الفائدة من وجود أرجله. وفي النهاية، ربما انقرضت الأرجل من أجسام الآدميين، لأن وظيفتها قد ألغيت.

وهكذا الحال في الشخص الذي يقنع بعمل بسيط يقوم على الإعادة والتكرار ولا يتطلب شيئاً من ذكائه، فإذا هو لم يستخدم ذلك الذكاء في وجوه أخرى، فإنه إذا لم يذبل وينضب معينه، يفقد مضاءه، على أي حال، مثل حد السكين إذا لم يجدد صقله على "حجر المسن". وهو يفقد تدريجاً مقدرته على مواجهة الحياة كما يفقد المقدرة على تكوين أفكاره بنفسه.

ومن جهة أخرى، فإن هناك خطراً من نوع آخر ينتظر مدمن القراءة أيضاً. ففي وسعك أن تدعم عقلك بما تحتويه الكتب من أفكار، ومع هذا يظل فهمك للحياة اليومية وللناس، ضئيلاً إلى حد بعيد. أنك تستطيع أن تقوى عقلك وتزيده مضاء، من طريق احتكاكه بعقول أولئك الناس الذين عاشوا منذ عهد عهيد، إذا أحسنت اختيار ما تقرأ. ولكن جسمك يحتاج أيضاً إلى الاستعمال، إذا كان مقدراً له أن يستكمل نماءه ويحتفظ بالصحة الجيدة، كما أن وعيك العملي بحاجة إلى أن تستعمله هو الآخر.

ولعلك ترى معي أن وظيفة الحياة في جملتها تتكون من إيجاد توازن طبيعي بين

العمل، واللهو.. وفراغ الراحة، والفراغ المنشئ.. والنشاط العقلي، والنشاط البدني.. والخبرة بالحياة والناس.

والشباب هو الوقت المناسب للبدء في تكوين العادات الضرورية لاستكمال النمو كفرد من الناس. وأيام المدرسة هي خير وقت للبدء حيث تكون الفرصة مهيأة أمامك لتظفر بكل هذه الأشياء، إذا رغبت في انتهاز فرصتك.

المعلمون كآدميين

إنك في المدرسة لست وحيداً، بل أن وحدتك في المدرسة لن تزيداً أبداً عن وحدتك في العالم الذي سوف تواجهه. فهناك المعلمون، الذين يقفون منك موقف الآباء الممتازين، وهناك زملاؤك في الدراسة الذين من بينهم ستظفر بخير أصدقائك.

المعلمون مزيج مختلط. وفي معظم الأحيان تختلف طرقهم في التعليم اختلافاً عظيماً كما تختلف نظراتهم إلى الأطفال الذين يقومون بتعليمهم. والمعلم الرديء قد يجعل من الموضوع الشائق إلى أبعد حد، موضوعاً يبعث على الانقباض، بينما يستطيع المعلم البارع أن يشجعك، ويجعلك تدرك أن في الإمكان أن تشعر بمتعة كبرى في التعلم.

ومن الخير لك أن تدرك الجانب الإنساني في معلميك منذ الآن، لأنك في مستقبل حياتك، سيكون عليك أن تتعامل مع قوم لهم بك علاقة مماثلة على نحو ما –كأن تكون مدير شركة مثلا، أو رئيساً للإدارة التي تعمل بها.وليس ذلك لأن مثل هؤلاء الناس يكون من عملهم أن يقوموا بتعليمك– ولو أنك في أيامك الأولى في العمل سيكون أمامك الكثير الذي يجب أن تتعلمه– بل لأنه سيكون عليك أن تعرف النظرة السليمة التي ينبغي أن تنظر بها إليهم، وأن يكون في وسعك أن تتجاوز عن تصرفاتهم الشاذة الصغيرة دون أن تسرف في التضايق أو الإحساس بالغيظ.

ومديرو الشركات والمعلمون –كالآباء والأمهات– آدميون.. ولهم أيام راحتهم، ومتاعبهم في بيوتهم، وأهواؤهم الشخصية، وفيهم مواضع ضعف، مما قد يجعلهم تبدو

عليهم حدة المزاج، والخروج عن دائرة المعقول، بغير ما ضرورة.

وهم كذلك في أحيان كثيرة، يكون مثلهم كمثل الآباء والأمهات، من حيث معاناة آثار التعليم الرديء والتنشئة السيئة حينما كانوا لا يزالون صغاراً. ومن المعلمين من يبدو عليهم التطرف في الصرامة وحب السيطرة، ومن يفتقرون إلى روح المرح والدعابة ومن يحاولون أن يزحموا رأسك بالحقائق دون أن يقوموا بشرحها الشرح الكافي.

وفي هذه الحالة، يكون من واجبك أنت أن يكون لك روح مرح، وأن ترى الأشياء على حقيقتها. وإياك أن يتسبب مثل هذا المعلم في أن تصبح متمرداً، أو كسير النفس. فإنك آخر الأمر لن تؤذي سوى نفسك، لا المعلمين. فلتحاول بدلا من ذلك، أن تفهم السر في أن ذلك المدرس الـ..، على هذا النحو من صعوبة المراس. ومن المفهوم جداً أن الصبي متى خيل إليه أن مدرساً ما يختصه بالاضطهاد، عمد إلى التمرد، وأخذ يتصرف بحماقة في دروسه، لأنه يريد، بالتأكيد، أن يرد ما يظنه ظلماً. وأنا أوافقه في هذا إلى حد معين.

على أن للموضوع وجهاً آخر، فإن الضرر سيعود على مستقبلك أنت وحدك، آخر الأمر، إذا سولت لك نفسك الانصراف عن موضوع ما، كي تغيظ مدرسا لا تحبه، وتشعر بأنه لا يحبك.

فلتفكر بينك وبين نفسك، في أنه لابد أن يكون متألماً من مرض معين، أو تكون زوجته قد عادت إلى إزعاجه بتقريعها الملح. ولا تقف منه موقفاً تشعر فيه بأنك يجب أن تضايق ذلك المعلم، حتى تنتقم منه جزاء على ما اقترف في حقك. وهو على أي حال صاحب اليد العليا الآن، وإن كان هذا الوضع لن يستمر إلى الأبد. و أمامك سنوات عديدة سوف تعيشها بمعزل عنه، وسنوات قد يكون العلم بالموضوع الذي يقوم بتعليمه نافعاً فيها.

وكذلك الحال إذا كان التلميذ يتألم من سخرية المعلم، أو إذا عجز حقيقة عن

متابعة السرعة التي يتقدم بها سائر زملائه في الفصل في استيعاب درس من الدروس.

ينبغي عليك ألا تشعر بشيء من الابتئاس أو وهن العزيمة. على أنني أعرف أن أكثر الأشياء بغضا إلى النفس، هو إرغامك على أن تبدو صغيراً أمام الآخرين. والرجل الذي يتعين عليه أن يعزز رأيه الخاص في نفسه، بتوجيه العبارات المؤلمة إلى تلميذ، لابد أن يكون فيه شيء غير سليم.

فإذا استطعت الارتفاع عن تألمك المؤقت مدركاً هذا، فإنك لن تسمح لنفسك بالتخاذل أو الارتباك، بل ستمضى قدما في طريقك بخطوات ثابتة رصينة، وتنتهي آخر الأمر إلى خير ما يمكن أن ينتهي إليه أي واحد سواك.

وهناك شيء آخر يجب أن تضعه نصب عينيك دائماً. فإن حظ المعلم، كحظ الشرطي، ليس سعيداً على الدوام. فلابد أن يكون مما لا يحتمل في كثير من الأحيان، بالنسبة إلى شخص يعشق موضوعاً ما، ويعرف عنه معلومات قيمة، أن يتعين عليه أن يظل يكرر الحديث عن أشياء أولية، حيث يقابل أحياناً بإلغاء والإساءة عن قصد وتعمد.

وإذا نفذ صبر المعلم، فربما كان السبب في ذلك هو أن ما بدا منك بالذات، من غباء أو إساءة، كان آخر سهم في جعة يوم حافل بالمتاعب والمضايقات بصفة خاصة. ولها فإنك تتحمل ثقة جميع ما كان مكبوتاً حتى تلك الساعة من تأزمه وضيق صدره. وفي العلاقة بينك وبين معلميك، كالعلاقة في المستقبل بينك وبين أصحاب العمل الذين تشتغل لحسابهم، وبين رؤسائك في العمل.. يجب عليك أن تحاول تنمية التفاهم، دون خضوع على الإطلاق.

صداقاتك

يخيل إلى أن في وسعنا أن نقول على وجه التعميم، أنك تختار أصدقائك في ضوء اعتبارات خاصة محددة.. ومعلموك، مثل والديك، وفي كثير جداً من الأحيان مثل أصحاب العمل ومثل رؤسائك، لا حيلة لك في أمر اختيارهم. ولكن الأصدقاء

ينجذب كل منهم نحو الآخر، كما بفعل المتحابون في مستقبل أيام الحياة، بسبب قوانين معينة للجاذبية.. وربما وجدت نفسك منجذباً نحو شخص ما، لأنكما تميلان إلى نفس الهوايات أو الرياضيات أو الكتب أو ما إلى ذلك.

وكذلك قد تنجذب نحو شخص ما لأنك ترى فيه مزايا تتمنى أن تراها في نفسك: كالتفوق في الرياضة البدنية وفي الدراسة. وفي تلك الحالة، فإنك ربما عمدت إلى الجمع بينه وبينك في عقلك، حتى أن ما يدركه من ضروب النجاح يصبح بحيث يخيل لك –بصورة غير واضحة– أنك أنت الذي أدركته.. ومن جهة أخرى، قد تدرك أن شخصاً ما يكن لك الإعجاب على هذا النحو، ومن ثم يصبح من بواعث سرورك أن تدعه على مقربة منك.

ولما كانت الصداقات لا "تحدث" جزافاً، مثلها في ذلك مثل "الوقوع في الحب" فيما بعد. فقد يكون من الخير أن تنظر إلى دخيلة نفسك وتبحث عما فيك مما يثير اهتمام أصدقائك المختلفين، ويثير اهتمامك بهم. ومثال ذلك أنك قد تكون "شيطاناً جريئاً"، وقد تعمل على "حماية نفسك" بالتورط في جميع أنواع "الشيطنة". ولا ضرر في ذلك، إلى حد محدود.

أما إذا كان أصدقاؤك الأقربون من طراز أضعف، وكانوا يعجبون بك لأنك تفعل من الأشياء ما لا يجسرون على فعله، ويحرضونك على ذلك، فقد تجد أنك مندفع إلى ما هو أبعد جداً مما كنت تقصد، وأكثر حقا مما ينبغي لك –لمجرد رغبتك في تحقيق ما ينتظرون منك، وجعلهم يزيدون من إعجابهم بك. وعلى هذا النحو قد تتشجع حتى تقع في مآزق حرجة تماما، قد تسبب متاعب حقيقة. وأسوأ من هذا أنك بعد أن ذقت حلاوة الإعجاب، قد تجد نفسك راغباً رغبة مسرفة في الحظوة بالإعجاب، حتى تنفق حياتك محاولاً الحصول عليه بأي ثمن.

وأنت إذا أحط نفسك بأشخاص تعلم مثلما يعلمون أنهم لا يرتفعون إلى مستواك من حيث المواهب الطبيعية، ضاعت منك الفائدة التي كانت تعود عليك،

لو كنت قد نزلت إلى الميدان مع أشخاص يقفون معك على قدم المساواة من حيث الذكاء والإقدام.

وأنت بغير المنافسة لا تلبث أن تصبح شديد الغرور ومسرفاً في ثقتك بنفسك. وإذا كان هذا هو ما يغريك، فأسأل نفسك عن السبب في عجزك عن مواجهة المنافسة واستمرارك في الاستناد إلى الإعجاب السهل الذي تظفر به من أشخاص يقلون عنك شأناً. ونفس الغلطة التي يقع فيها الرياضي الممتاز، والشخص الجريء الذي يحرص على أعمال "الشيطنة" تنتظر الولد "الشاطر" أيضاً..

فبعد أن يكتشف أنه يستطيع الظفر بإعجاب أصدقائه الذين يقلون في "الشطارة" عنه، لا يلبث أن يتعود المفاخرة بنفسه، ويصبح شخصاً لا تطاق صحبته. بحيث لا يهتم به سوى من يشعرون بأنهم ينقصون عنه قدراً، ويحتاجون إلى شخص ينظرون إليه نظرة إكبار، وذلك إذا قدر له أن يحظى باهتمام أحد على الإطلاق.

والتلميذ الذي يتصف بقوة الشخصية، ولاسيما إذا كان قوى الجسم أيضاً، يجد أن معاملة أصدقائه الأضعف منه تشجعه حقا على أن يصبح، بصورة ما، أشبه "بالدكتاتور". فيطلق العنان للصفات التعسفية التي يجب أن يحاول تهذيبها حين يشرف على العشرين من عمره.

وهكذا ترى أننا بصفة عامة نعني باختيار أصدقائنا على نحو ما يتفق مع طبيعة أنفسنا، من بين أولئك الذين يعجبور بنا، أو من بين أولئك الذين في وسعنا أن نعجب بهم.

على أن هذه ليست قاعدة طيبة للصداقة ولا للحب، باستثناء ما بين الأشخاص المتكافئين في المواهب والإمكانيات.. فإذا نحن اخترنا أصدقاءنا من بين من يعجبون بنا، وجب علينا أن نحرص على ألا ندع إعجابهم، ورغبتنا في الاستزادة منه، يشجعاننا على أن ننمي قوة أجسامنا أو عقولنا أو شخصياتنا على أسس تلحق بنا الأضرار في النهاية.. أما إذا اخترناهم من بين أولئك الذين نستطيع أن نعجب

بهم، من جهة أننا نصنع منهم أبطالاً، فيجب أن نحرص على ألا نترك كل التصرف الإيجابي لهم، بحيث نقنع أنفسنا بأن نصبح مجرد أتباع وأذناب.

من الصداقة، إلى الحب الأول

إنك تتذكر أن "الحب" من أول الأشياء التي يحتاج إليها الطفل الصغير. وهذه الحاجة لا تتركك أبداً كلما كبرت، فهي تجد تعبيرها عن نفسها في تعاطف أفراد الأسرة، وفي الصداقة، وأخيراً في الحب بين الرجل والمرأة.

وبعد أن تتجاوز عامك العاشر، لا تلبث أن تمر بمرحلة يبدو لك فيها أن أي تعبير عن الميل حماقة. ولعلك كنت تشمئز من اضطرارك إلى تقبيل عماتك وأعمامك، لسببين: أولهما أن قبلة أداء الواجب تبدو شيئاً لا معني له، الثاني هو أنها تسبب لك الخجل والارتباك.

وكلنا تقريبا يمر بهذه المرحلة، ولو أن الكثيرين منا يتراجعون عنها بعد مضي وقت غير طويل، حين نصبح أقل صلابة في أفكارنا. فعندما ندرك مثلا أن أمنا تهتم حقيقة بهذا الدليل على الحب من أطفالها، ننزل عن رأينا رغبة منا في إرضائها، فنعطيها تلك اللمسة التي يبدو أنها تسعدها. ونحن قبل أن نبلغ سن النضوج الكامل لا ندرك إدراكاً حقيقياً ماذا يعنيه بالنسبة للأم، أن تتنحى جانباً وتدع أولادها الكبار يحيون حياتهم الخاصة، ويرتكبون أخطاءهم الخاصة، في حين لا يكون في مقدورها أن تنقذهم من المواجع الأليمة.. وحين ندرك هذا فعلا، يصبح من الجدير بنا أن نبذل تضحيات قليلة من آرائنا، لكي نهيئ لها متعة بريئة.

وفي نفس الوقت الذي نعرف فيه قبلة أداء الواجب، تقريباً، يميل معظم الأولاد إلى اعتبار البنات مخلوقات يحسن الابتعاد عنها، ويرفضون أن يكون بينهم وبينهن أي اتصال. وكذلك يفعل البنات رداً على هذا في بعض الأحيان.. والسبب هو أن الغريزة الجنسية التي تولد فينا جميعا، تبدأ تتحرك في مخبئها الذي ظلت فيه منذ وقت مولدك.

وأول ما تشعر به نحوها هو الخوف، لأنك تحس شعوراً غامضاً بأن شيئاً ما يحدث في داخلك، سيكون على جانب من الأهمية، وأن كنت لا تفهمه.. وهكذا، يتجه انفعالك إلى مناصبته العداء. حيث تصبح متنبهاً إلى وجود الجنس الآخر، ومدركاً لمعنى المظاهر الخارجية للميل. ويكون رد الفعل الأول متجها ضد ذلك الحافز الذي حل بك حلولاً طبيعياً تماماً.

ومع هذا فإن حاجتك إلى الميل حاجة متأصلة، وهي تنمو فيك، وقد تسخر منها، ولكنها موجودة كحاجة إنسانية طبيعية لا سبيل إلى تلافيها. وكلما ازددت سخرية منها، كان ذلك دليلاً على تزايد قوتها في داخلك.

ولهذا يحدث في كثير من الأحيان أنه، في مرحلة ما بين الطفولة والرجولة أو الأنوثة، تعقد أواصر صداقات وثيقة بين الأولاد والبنات وبين أفراد من جنسهم، أو يسود بينهم الميل إلى "عبادة البطولة" ممثلة في شخص مدرس أو مدرسة، مما يصل بهم إلى النتيجة نفسها.. وأنت تذكر كيف رأينا أن كثيراً من صور الحياة الأولى كانت مكونة من الجنسين في وقت واحد، بحيث لم يكن الكائن الحي ذكراً ولا أنثى، بل كان الاثنين معا.

وقد عمدت الطبيعة آخر الأمر إلى تقسيم الجنسين باعتباره الطريقة المثلى للحصول على تنويع النسل من طريق المزج بين المقومات الشخصية لاثنين من عناصر السلف.. وبرغم هذا لا يزال باقياً في الطبيعة بأسرها آثار من ذلك المنهج الجديد للحياة، وهو "الجنس المزدوج".

وعندما يولد الطفل، لا يكون هناك سوى طريقة واحدة لمعرفة ما إذا كان ولداً أو بنتاً، هو اختبار جهازه التناسلي الخارجي. ولما كان "ذكر" المولود صغيراً جداً، فلا شيء في التكوين الخارجي لجسمه يميزه عن جسم فتاة صغيرة.. على أن في جسم الفتاة الصغيرة جزءاً صغيراً لا تكاد تراه العين المجردة، هو جذر ما كان من شأنه أن يصير "ذكراً".. لو أنها كانت ستنمو حتى تصبح ولداً. على نحو ما نشاهده في الطفل

الذكر، أو الرجل، من وجود "حلمات الثدي" التي كانت تصبح ذات فائدة لو أنه كان قد نما وهو في الرحم حتى أصبح بنتا.

وهكذا ترى أن في كل منا لمسة طفيفة من التكوين الجسماني للجنس الآخر، كما أن فينا أيضاً مقادير متفاوتة من التكوين الحسي للجنس الآخر في شخصيتنا.

وفي كل أيام الطفولة، يعمل في داخلنا الجنس الذي ننتمي إليه مع أننا لا ننتبه إلى ذلك، وهو يعمل بهدوء شديد، وإصرار أكيد. فالذاكرة الوراثية المنحدرة من أجيال من الأمومة، توجه البنت الصغيرة إلى دميتها. كما أن الذاكرة الموروثة عن عصور ماضية من الصيد والقتال، توجه الولد الصغير إلى ألعابه الأكثر خشونة وعنفا.

وبعد الأعوام العشرة الأولى، تبدأ الغريزة الجنسية في العمل على نحو أسرع وأقوى..ولمدة قصيرة، يحدث أن العناصر المذكرة والمؤنثة في كل منا تزود بقوة أعظم.

ونحن لهذا ندخل مرحلة قد يكون لنا فيها ميل عميق إلى أصدقائنا من الجنسين. وليس هذا حبا جنسياً، لأننا لم نصبح بعد ناضجين نضجاً كاملاً، ولا معدين إعداداً كافياً للحب الجنسي.. ولما كان الحب الإنساني والعلائق الجنسية الإنسانية، متصلين أوثق الاتصال، فمن المحتمل أن تبلغ تلك القوة أقصى حدودها حين تكون الغريزة الجنسية قد بدأت في القيام بنشاطها على الوجه الكامل.

ومن الظواهر الطبيعية تماما في الأولاد والبنات في سن ما بين العاشرة والعشرين، أن تنشأ بينهم علاقات وثيقة من الميل: بعضهم إلى بعض. فيميل البنات إلى البنات، والأولاد إلى الأولاد، أو يعمدون إلى "عبادة البطولات" متمثلة في المعلمين والمعلمات، مع ميل كل فرد إلى جنسه.

ويتسبب الآباء والأمهات والمعلمون في وقوع كثير من الأضرار، لأنهم لا يفهمون هذا، فيوقعون في أنفس أطفالهم أن في مثل تلك الصداقات شيئاً "غير سليم".. فإذا كان لك فيما بين الثانية عشرة والسادسة عشرة صديق من أقرب الأصدقاء من جنسك تميل إليه ميلاً شديداً، فلا ضرر من هذا، لأنه هو النتيجة

الطبيعية لتلك المرحلة من مراحل النمو التي وصلت إليها.

والسبب في شدة اعتراض والديك أو معلميك على مثل تلك الصداقة الوثيقة، قد يكون مماثلاً للسبب فيما يكونون قد أنزلوه بك من عقوبات قاسية لأنك اقترفت سرقة من سرقات الطفولة.

وأنت إذا استمررت بعد سن العشرين في عقد الصداقات مع أشخاص من جنسك فقط، كان معنى هذا أن شيئاً ما قد حدث، ليحول دون استمرار نموك نمواً طبيعياً. لأن صرامتهم (أي الوالدين والمعلمين) ربما تكون قد تسببت في حدوث النتائج التي كانوا يحاولون تحاشيها.

وإذا تعلم الناشئ حقائق الجنس بطريقة مفزعة، بدلا من أن يتعلمها بطريقة طبيعية، ثم نشأت عنده فكرة خاطئة عن الموضوع كله لهذا السبب، أو بسبب صدمة أخرى أصابت عقله، فقد لا يستطيع أن يتخطى مرحلة اتخاذ الأصدقاء من جنسه فقط. وهذا النوع من السلوك يعرف باسم "الشذوذ الجنسي".. وهذه مسألة تستدر الرثاء، بل أنها لمأساة حقا، لأنها قد تحول تماما بين مثل هذا الشخص، وبين الحصول على السعادة في الحياة.

فإذا لم تستمر مرحلة "الصداقات الوثيقة"، أو "عبادة البطولات" وقتا أطول مما ينبغي، وإذا لم تبلغ مبلغ الإسراف في قوتها –فلا داعي مطلقا لانزعاج الآباء أو الأمهات أو المعلمين أو المعلمات أو الأولاد أو البنات..فبعد الاعتراض الأول ضد البنات أو الأولاد، كما قد تكون الحالة، فإن المرحلة التالية هي "الانقلاب" البدء في البحث عن أصدقاء من الجنس الآخر.

الفصل الثاني والعشرون

حين تصير رجلاً أو امرأة

يسمى طور الانتقال من الطفولة إلى الرجولة مرحلة المراهقة، وهي المرحلة التي يجد بعض الناس صعوبة في اجتيازها. ولقد شهدنا كيف كانت تعمل بداخلك الغرائز الفطرية، كالمحافظة على النفس، وإثبات الذات، والحاجة إلى الحب، والصحبة، والمعرفة.. ولقد كانت لها في الغالب، نتائج طيبة. فلقد كبرت وتعلمت، ونضجت. ولكن هذه الغرائز أحياناً قد سببت لك بعض المضايقات إن لم تكن متيقظاً تماماً إلى أنها قد تضلك إذا لم تسيطر عليها..فقد دفعت بك إلى مشاحنات، وأكاذيب، وسرقات تافهة كتلك التي ارتكبناها جميعا في وقت ما.

ولقد أنفقت طفولتك في اكتشاف أن:

١- أنت هو أنت.

٢- هناك أشخاص آخرون، لهم مثل ما لك من الحق في الحياة والسعادة.

٣- هناك عالم رائع فيما حولك، ينبغي استكشافه.

٤- هذا العالم يحوى معرفة تكدست في قرون كثيرة، ومن الأهمية بمكان أن تخبرها.

٥- هناك صداقة، وحب، في العالم، يجب أن تعطي وتؤخذ.

٦- في الإمكان أن تكتسب الإعجاب إذا نجحت، وتصاب بتثبيط الهمة إذا فشلت.

والطرق التي سلكتها في الوصول إلى هذه المكتشفات، قد تركت آثارها العميقة في شخصيتك. وفي بعض النواحي، ربما كان تأثيرها سيئاً.

والأمر موكول إليك، لتقوم بمحاسبة نفسك، وإصلاح أي اعوجاج صغير أحدثته فيك الحياة الآن، لأن ذلك فيما بعد سوف يصبح عسيراً جداً، بل أنك قد تحاوله بعد فوات الأوان.

ولقد وصلت إلى الوقت الذي يبدأ فيه النشاط الكامل لغريزتك الجنسية التي ظلت منذ ميلادك تنمو وتعمل في داخلك ببطء. وهي الآن تجعل من نفسها شيئاً محسوساً من نواح عديدة، قد يسبب لك بعضها مشاكل داخلية مختلفة. وقل أن نصل إلى أبعد من هذا في ذلك الأمر، أظن أن من الخير أن تتوقف هنا عن القراءة لحظة، ولترجع إلى القسم الأول من الكتاب، وألق نظرة أخرى على الفصل الخامس بالجهاز الجنسي.

الحياة الجنسية في الكائنات البشرية

في الفصل آنف الذكر، ترى أنني قلت أن في الكائنات البشرية أشياء عديدة مرتبطة بالحياة الجنسية. فهناك الحاجة الجسمانية البحت إلى الاتحاد مع شخص ينتمي إلى الجنس الآخر، التي تنتهي عادة إلى إنجاب أطفال. وهناك الناحية العاطفية، التي لا توجد إلى درجة ذات شأن أبداً في الحيوان. وهذا يجعل من الضروري بالنسبة إلى الكائن البشري أن يحب شريكه بقدر ما يرغب فيه.

كما أن هناك ناحية "الشخصية" أيضاً. فإذا كان رجل وامرأة سوف يعيشان معا، فإن العلاقة بينهما، وكونهما سعيدين أو غير سعيدين بهذه العلاقة، من شأنها أن تؤثر تأثيراً جوهرياً في نمو شخصيتهما. وبعض الناس يسمون هذا وجهة النظر "الروحية".

وهكذا ترى أن الجنس حينما يبدأ عمله يقوى فيك في الوقت الذي يقال له "المراهقة"، فلا عجب في أنه يتسبب في أنه يخرج دخيلة نفسك عن طورها.وهذا يتناول جسمك وعواطفك وشخصيتك، جميعا.

ظل أكبر اهتمام جسمك محصوراً في النمو. ومن ذلك المخلوق الصغير الذي تمخض عنه الرحم أصبحت الآن كبيراً مثل أمك وأبيك إذا لم تكن قد أصبحت أكبر حجماً من أيهما. والآن، يقوم جسمك بتوجيه قوة نموه نحو أهداف جديدة: وهي أن يكملك ويعدك لحياة النضج الكاملة، ويبدأ شعر "العانة" في النمو، وهو دليل النضج الجنسي، كما أن ثديي الأنثى وقضيب الذكر، تعد نفسها لأداء عملها الطبيعي، ويخشوشن صوت الصبي ويعمق، حتى يصبح صوت رجل.

وهذه الأشياء تحدث في مختلف الأعمار لمختلف الأشخاص. فليست هناك أبداً أية قاعدة مقررة. فقد يبدؤون في سن الحادية عشرة، وقد لا يبدؤون حتى الخامسة عشرة أو السادسة عشرة. وفي معظم الأحيان يكون للبنات بعض السبق على الأولاد.

ولا داعي للانزعاج مطلقاً إذا كان نموك في هذه الناحية متأخراً، أكثر من انزعاجك لتأخر نموك من الناحية الذهنية أو غيرها. فإن الطبيعة تستوفى وقتها، وهكذا كل ما هناك.

وأني لأرجو أن يكون قد قيل لك سلفاً ماذا تنتظر. وأنه لمن الغباء بمكان، أن يترك الأطفال في جهل بأمر المراحل الطبيعية لنموهم، التي يجب عليهم أن يتوقعوها. وأنا أذكر فتاة صغيرة بدأت وهي في الحادية عشرة من عمرها، تشعر بأشياء غير عادية في صدرها كأنها نوع من الألم. ولم يكن هناك من يرضى بأن يصارحها بحقيقة ما كانت تشعر به، فقد أجمع الكل على أن المسألة كانت "لا شيء"، ولكن كيف يتسنى أن يكون لا شيء؟ لقد سألت نفسها سؤالاً طبيعياً ومنطقياً جداً، حيث بدأت تتخبط في التفكير في الأمراض التي سمعت عنها في كل حياتنا، باحثة عن المرض الذي يمكن أن يبدأ مثل تلك البداية!

ومن المؤكد أنها لم تكن تشكو شيئاً من الأمراض على الإطلاق. ولكن غريزتها الجنسية حين بدأت في أداء عملها الجوهري، كان جسمها قد بدأ يتطور تطوراً بطيئاً، من جسم طفلة إلى جسم امرأة.

كانت غدد الصدر الضرورية لحياة المرأة النسوية، قد بدأت تزاول نشاطها. وفي مدى سنتين من الزمن كان الشعور المبهم بعدم الارتياح، قد أصبح من ذكريات الماضي، كما أن جسمها قد اكتسب شكله الطبيعي النسائي.

لماذا ينزعج طفل، بل قد يصل به الأمر إلى حد الظن بأن شيئاً فيه ليس على ما يرام، لمجرد أن بعض الأشخاص لم يكن لديهم من الفطنة ما يجعلهم يشرحون له حقيقة ما هو حادث؟ والأولاد أيضاً، كالبنات، لديهم مشكلاتهم المماثلة. وعلى وجه التعميم، ليست مشكلات الأولاد بمثل إلحاح مشكلات البنات، لأن نضجهم إلى أن يبلغوا دور المراهقة يتم على نحو أبطأ وأكثر تدرجاً.

وعندما يحدث الحيض الأول تشعر الفتاة بأن ذلك الحادث علامة على تحولها من بنت إلى امرأة. في حين أن الولد لا يكون لديه موعد محدد كهذا يستدل منه على رجولته.

فالفتاة التي نمت فيها غدد الصدر حتى أكتمل جمالها ونفعها، والتي منحتها العادة الشهرية قدرتها على أن تصير أما، ينبغي لها أن تشعر بأن صدرها ممتلئ أيضاً بالزهو. فلقد أعطيت بركة لا يمكن أن يعرفها رجل قط، إذا أتيحت لها الفرصة لا لتصير زوجة وحسب، بل لتصبح أما كذلك. ولهذا ينبغي لها إلا تضيق ذرعاً بأولئك الأولاد المغرورين.

وأنت لا تستطيعين أن تأخذي من الحياة شيئاً دون إعطاء. والمضايقات الصغيرة التي تحتويها الحياة النسائية، ليست سوى الثمن الذي يدفع في نظير إدراك هدف الأمومة العظيم، الذي لا سبيل لرجل إليه. وأرجو –إذا كنت فتاة– ألا يكون قد سمح لك ببلوغ فترة الحيض الأول دون علم بما ينبغي أن تتوقعي حدوثه. فالبنات

إذا شبين على الجهل، يستولى عليهن خوف شديد عندما يحدث لهن ذلك الحدث الطبيعي لأول مرة. وهذه الصدمة، بالإضافة إلى التفكير الخاطئ في أن هناك شيئاً يبعث على الخجل في تلك المهمة الطبيعية، يمكن أن ينجم عنها إصابة الفتاة بآلام جسمانية لا ضرورة لها، فضلا عن الآلام النفسية.

وأنت تذكر كيف رأينا أن العقل الإنساني والجسم البشري يعملان معا وعلى اتصال وثيق جداً. والفتاة التي أصيب عقلها بشيء من الأذى نتيجة الصدمة التي أحدثها الحيض الأول الذي لم يكن متوقعاً، أو إذا كانت تنظر إلى المسألة نظرة غير صائبة، فقد تجد أن جسمها يتأثر بحالتها العقلية، ولهذا فإنها قد تعاني الألم في تلك الأوقات.

وعندما يبدأ الحيض أول الأمر، قد يجد بعض الفتيات أن الدم يفيض بغزارة، تزيد عما ينبغي بعض الشيء، وقد يشعرن بمضايقة شديدة، وهذا قد يحدث فقط بينما يكون الجسم يجتاز الفترة التي تنتهي به إلى الاستقرار بصفة نهائية، كي يؤدي عمله الجديد.

ومع هذا فمن الجائز جداً أن يكون السبب هو موقف العقل من الموضوع. فإذا كانت هذه هي حالتك وجب عليك أن تدركي أن هذه المهمة الطبيعية ولا غبار عليها، إلى أبعد حد مستطاع، وأنك مشتركة فيها مع كل امرأة عاشت في هذه الدنيا، وأنه لا داعي لأن تقترن بأي خجل أو خوف على الإطلاق.

ولننتقل الآن إلى الحديث عن الأولاد..

إن الرجولة لا تجيئك بمثل العلامات المفاجئة التي تستقبلها الفتيات. وإن كان قد يحدث لك بين الحين والحين، أشياء تسبب لك الانزعاج.. وغالبا ما تكون ما يقال له "الأحلام المبلولة".

وقد يحدث في أثناء الليل أن السائل الذي يحتوي بذرتك المذكرة، والذي يتم صنعه في خصيتك، ينقذف خارجا من جسمك من طريق القضيب. وأحياناً نحلم

حلماً غريباً حين حدوث ذلك. وأحياناً تستيقظ من نومك وأنت لا تتذكر شيئاً على الإطلاق.

وهذا ليس سوى دليل على أن الطبيعة تبدأ عملها فيك. وهي إنما تقوم بتجربة الجهاز الذي صنعته، كما تجرب الآلات قبل استعمالها. وحين يحدث لك هذا فليس هناك ما يدعو إلى القلق. بل الأمر على العكس من ذلك، فإن حاجتك إلى القلق كانت تصبح أشد جداً، لو أن هذا لم يحدث أبداً.. ولا يتبادر إلى ذهنك ، أنه بعد أن حدث لك هذا، قد أصبحت على تمام الاستعداد للقيام بدور العاشق، والزوج، والأب.

ونحن لا نستطيع أن نحدد على وجه الدقة، متى يكون الفتى أو الفتاة، قد نضجا جنسياً. وعلى نحو ما سترى فيما بعد، هناك أسباب عديدة، تحول دون بدئنا حياة جنسية فعلية، بعد أن يتم استعداد أجسامنا مباشرة. لأن عقولنا ومشاعرنا يجب أن تكون على أهبة الاستعداد أيضاً. وهذا كله ليس من الضروري أن يحدث في وقت واحد. وفي بعض الأحيان يجد الفتى أن عضو التناسل نفسه يقوم بشيء من التدريب، من طريق الانتصاب على النحو الذي وصفناه في الفصل الخاص بالجهاز الجنسي. وربما اعتراه الخجل من ذلك، وأن كان يعلم أنه قد حدث بغير إرادة منه. وبعض الكتب، والصور. أو الحديث المرتجل العابر بين الرفقاء، قد يكون له تأثير منبه من الناحية الجنسية.

فإذا حدثت لك هذه الأشياء، فلا تجعل أفكارك تسبب لك الابتئاس، بأن يخيل إليك أن فيك شيئاً خاطئاً أو أثيماً. والذاكرة الموروثة في عقلك الباطن، المنحدرة من أجيال من التناسل الجنسي الذي أنجبك، بالإضافة إلى تهيجات الجنس في داخل جسمك، تقوم بعملها المشترك في إعدادك للرجولة. وهذا طبيعي وعادي ولا شيء فيه يستحق أن تقيم من أجله الدنيا وتقعدها.

ولقد أشرت حتى الآن إلى نواحي النشاط الجنسي التي لا تلعب فيها إرادتك

أي دور على الإطلاق. وربما كانت هذه الأمور قد جاءتك، كما جاءت كل الآخرين في السياق العادي للأحداث. وننتقل الآن إلى نشاط جنسي معين يحدث هو الآخر للجميع بغير استثناء تقريباً. ولكنه يتصل بإرادتك إلى حد معين.

فبعض الأطفال، وهم لا يزالون في سن باكرة جداً، ربما اكتشفوا من طريق لمسهم لأعضائهم التناسلية، أنهم يستطيعون بهذه الوسيلة أن يشعروا بلذة معينة.

والواقع أنه لا يوجد من الأسباب ما يحرم عليك لمس أي جزء من جسمك. فلكل إنسان عضو التناسل الخاص به، وجميع هذه الأعضاء متشابهة جداً، وفقا لتكوين الذكور والإناث. وليس أي جزء من أجزاء الجسم بأقل نظافة واستحقاقاً للإعجاب من أي جزء آخر. ومع هذا فهناك الحقيقة التي يكتشفها كثير من الأطفال. وهي أن لمس أعضاء التناسل قد يسبب شعوراً لا يمكن إدراكه في أي موضع آخر من الجسم.

والتسبب في هذا الشعور معروف باسم "الاستمناء"، أو العادة السرية. ولا يمكن توجيه اللوم إلى أي ناشئ لأنه قام بمثل ذلك الاكتشاف. فلماذا لا نستكشف، سواء كان استكشافنا في العالم، أو في أجسامنا؟ وأن من الطبيعي أن يتساءل الطفل عن وظائف أعضائه، ما دامت الحياة تتكون على الدوام، من السعي إلى المعرفة.

على أن بعض الوالدين والمعلمين يشعرون بأن هناك جانباً خاطئاً إلى حد بعيد، في هذا النوع من النشاط. وكثيراً ما يعتقدون أن نتيجته ستنتهي بحدوث شيء فظيع لأطفالهم. ولهذا ينهرون الطفل بطريقة تجعله يشعر بأنه قد ارتكب جريمة بشعة. ومع هذا، فالحقيقة هي أن الاستمناء حيث يحدث، ليس سوى مجرد مرحلة من النمو سوف تنقضي، وليس لها تأثيرات سيئة، جسمانية أو عقلية، باستثناء تلك البصمات التي ربما تكون قد تخلفت في العقل الناشئ عندما يكون الطفل، أو يخشى أن يكون، موضع التعنيف، بحيث يفرض عليه الشعور بالذنب أو الخجل!

وهذه ليست مسألة خلقية على الإطلاق. بل هي مسألة تتصل بالإدراك العام.

ولهذا أحب أن أتحدث مباشرة إلى الولد أو الفتاة التي قد تكون اكتشفت ذلك الشعور الجسماني المختبئ في الأعضاء التناسلية.فإذا كانت الغريزة الجنسية قد نمت فيك إلى حد أنك فعلت هذا، واستمررت فيه، استجابة لحافز قوى، فلا يروعنك ابتئاس عقلي بسبب تفكيرك في أنك فعلت شيئاً خاطئاً.

فليس هذا بخطأ. ولكنه شيء ينبغي أن تبذل جهدك للإقلاع عنه.. لأسباب معينة.

فمن واجبنا أن نقيد حوافز كثيرة هي في حد ذاتها عادية إلى درجة كبيرة. وقد يكون شيئاً عادياً أن تتخلص من فضلات جسمك بمجرد شعورك مباشرة بالحاجة إلى ذلك، بغض النظر عن المكان الذي قد تكون فيه. ولكن الناس سينفضون من حولك إذا أنت فعلت هذا في كل مكان تشاء!

وعلى هذا النحو قد يعتبر "الاستمناء" شيئاً عادياً تماماً. ولكن من الحكمة وتوخي الصحة أن تبذل غاية جهدك، لاجتناب تكرير ذلك الخطأ.

على أن عقولنا وأجسامنا سرعان ما تروض نفسها على اعتياد العادات. فإنك إذا بدأت في تعود التدخين فقد تتمنى من صميم قلبك لو أنك لم تفعل. ومع هذا، من العسير جداً أن تقلع عنه.

وهكذا الحال في هذا أيضاً. فإذا تكرر حدوثه تكراراً يزيد عما ينبغي، فقد تجد فيها بعد أنك قد أصبحت مدمناً له بحيث لا تستطيع الاستمتاع بالحياة الجنسية على نحو ما ينبغي.

وإذا هي كانت تمنحك بعض السرور الضئيل الآن، فإنها ليست عادة تريد أن تحتملها طول حياتك، ما دام لك أمل ممتد أمامك في حب حقيقي وزواج.

وتقترن بهذا، مسألة ضبط النفس.وهي قوة مستحبة إلى أبعد حد. فضلا عن أنها لا يمكن الوصول إليها إلا بالخبرة العملية. ومحاولة ضبط النفس من شأنها أن

تكون دستوراً طيباً تسير إرادتك على سننه. ومن جهة أخرى، فإذا كنت قد سعيت إلى إدراك الشعور باللذة من طريق العادة السرية، بغير دافع من الرغبة الداخلية القوية، بل بإصرار متعمد بادئ ذي بدء، على تهيئة الانفعال المصطنع في نفسك فإنك لم تكن مخطئاً... بل أحمق. فالسعادة التي يحققها الاتحاد الفعلي أعظم جداً من الانفعال الضئيل الذي يحدث بتلك الطريقة، حتى أنك تسلب نفسك المتعة الخالصة بالشيء الحقيقي حين يتاح لك.. ولتضع نصب عينيك دائماً أن مجرد الانفعال الجسدي، لا يمكن أن يقارن بالتجربة الجنسية الكاملة.

والكائنات البشرية مخلوقة بحيث لا يمثل الجانب الجسدي من المسألة الجنسية لديها إلا ناحية واحدة من نواحي حياتها الجنسية..كما أن الجوانب المتصلة بالمشاعر والشخصية تقترن بأهمية مماثلة. وأنت لست بحاجة إلى أن تكون وحدك لأي اعتبار في حياتك الجنسية. فالاتحاد بينك وبين شخص آخر معناه أن كلا منكما يتيح للآخر متعة هو بحاجة إليها.

والرجال يختلفون عن النساء، فللرجال قوة جسدية، ولكنهم يحتاجون إلى ما يجلبه النساء إلى البيت من النعومة والراحة، على نحو ما كانوا يفعلون عندما كانوا لا يزالون صغاراً، حيث كانوا بحاجة إلى التماس الدفء في صدور أمهاتهم. والنساء بحاجة إلى أن يتاح لهن الاعتماد على رعاية الرجال وحمايتهم لهن، إذا كان مقدراً لهن أن يظفرن بما يكفل لهن كل ما يحتجن إليه في بيوتهن الخاصة.

ولا يمكن أن يكتمل شيء، سواء من الناحية الجسدية أو الشعورية أو من ناحية الشخصية، بغير تعلم شيء ما من الآخر: في الحب المعطي والمأخوذ، وفي التجربة الجنسية، أغنى مما في أية صورة أخرى من صور الحياة، لأنها يمكن أن تحدث على تلك الأسس الثلاثة جميعا، وليس على الأساس الجسدي وحده.

الفصل الثالث والعشرون

هل تم لك النضج بعد..كرجل أو امرأة؟

تتبعنا حتى الآن مراحل نموك منذ فترة الحمل حتى الفترة الهامة المعروفة باسم المراهقة، مع إشارة خاصة في المراحل الأخيرة إلى الغريزة الجنسية التي أخذت الآن في التنبه إليها. ولقد كان النمو الجسدي هو أهم شيء في أيام حياتك الباكرة. وجاء من بعده النمو العقلي، ثم أصبح النمو الجنسي الآن، يلعب الدور الرئيسي.. ولكن، هل أغفلنا ذكر شيء ما؟ماذا نعلم عن نمو الشخصية؟

هذا، بالتأكيد، يستمر في كل مراحل الحياة، أو لديه الإمكانيات اللازمة لذلك، إلا إذا حلنا نحن دون ذلك برفضنا أن نتعلم. بل أني لأعتقد أن نمو الشخصية قد يكون هو القافلة الوحيدة في حياة الإنسان، التي ينبغي ألا تكف عن السير أبداً. فالشخصية تنمو باستمرار، نتيجة تجاربنا للحياة، ووسائلنا في استخدامها.

على أننا نجد بصفة عامة، أن الاتجاه الرئيسي لشخصية أي إنسان.. أنها تقترب من التحدد واتخاذ وضع نهائي عندما يصل إلى مرحلة الرجولة. ومع هذا يظل هناك مجال واسع الآفاق للتغير، إذا وجد الفهم والإرادة. ومهما يكن من شيء، فإن نمو الشخصية يعد من أبطأ التطورات التي تقترن بها حياة الإنسان. وهكذا تصادفنا مشكلة ربما كانت قد صادفتك أنت، بعد أن وجدت نفسك الآن وقد أصبحت رجلاً كاملاً أو امرأة كاملة من الناحية الجسمانية، أي أنه قد أصبحت لك القدرة على الاتحاد مع شخص ينتمي إلى الجنس الآخر، وقد تنجب طفلا نتيجة ذلك الاتحاد.

فهل صرت الآن رجلاً أو امرأة تماماً، بمعنى أنك أصبحت ناضجاً النضج

الكافي لممارسة التجارب الجنسية؟ وإذا كان جسدك على أهبة الاستعداد، فلماذا يعلن المجتمع استياءه إذن، إذا أنت حاولت استعمال هذا الجسد في تلك الناحية بالذات؟

إن معظم صغار السن ممن ليست لديهم خبرة بالمسألة الجنسية، يكون لديهم بصددها شيء من التحرج والحياء. وهم يسألون أنفسهم عن حقيقة العملية، ولكنهم يترددون في البحث عنها وإدراكها، ولهذا أسباب عديدة. فهناك الخوف الطبيعي من المجهول، والحياء الحقيقي الأصيل، الذي هو من أجمل مقومات الشخصية في صغار السن، والأثر الذي تتركه التربية. ويكون في الفتاة أيضاً تحفظ شديد معين لا يوجد بنفس الدرجة في الشاب، بسبب حقيقة معروفة، هي أن الحياة الجنسية تقترن بأهمية حقيقية بالنسبة إلى الفتاة تزيد عن أهميتها بالنسبة إلى الشاب.

ولقد وقع اختيار الطبيعة على المرأة بوجه خاص، وتم تكوين جسمها وشخصيتها بفضل هذه الحقيقة، كي تقوم بدور خاص في العالم. ولا يعني هذا دور الزوجة وحسب، بل الأم أيضاً.

ومن أجل هذا الدور الخاص، الذي لا يتاح لأي رجل امتياز المشاركة فيه، فإن الأمر يمس عواطفها إلى درجة تزيد كثيراً على ما تكون عليه الحال فيما يختص بالرجل. وهكذا كانت الطبيعة حاذقة ورحيمة في آن واحد، حينما غرست في نفس المرأة ذلك التردد الطبيعي إزاء البدء في الحياة الجنسية. فلو أنها أخطأت اختيارها المبكر لشريكها، فقد ينجم عن هذا الخطأ أن يلحق بها أذى مرير، ومن ثم تصبح نظرتها العامة إلى الحياة، نظرة منحرفة إلى أبعد حد.

ولأسباب سأحاول شرحها بعد هنيهة، لن يكون من الخير في شيء، أن يندفع كل شخص مراهق إلى التجربة الجنسية بمجرد أن يصير جسمه مستعداً لذلك.

ومن جهة أخرى فإنني أفهم تماماً أن المسألة تهمك وتخصك إلى حد بعيد. ولعلك– خصوصاً إذا كنت عاشقاً– قد سألت نفسك أحياناً عن السبب المعقول

الذي يؤدي إلى هذا "التزمت" وما الذي يدفعنا إلى العفة.

التجربة داخل إطار الزواج وخارجه

ليس صحيحاً أن الزواج شيء مفروض علينا من الخارج، أما بحكم الدين الذي نعتنقه، وأما بحكم قوانين الدولة، ومن المؤكد أن المجتمع الذي نعيش فيه، يصر على القول بأنه لا ينبغي أن نعبر عن وجودنا جنسياً إلا في نطاق الزواج. وبفرض عقوبات صارمة على كل من يخالف هذه القاعدة، وهي عقوبات تزيد في واقعها وحقيقة أمرها، عما ينص عليه القانون. والسبب في هذا على أي حال، مرجعه إلى ما تنطوي عليه طبيعة الجنس البشري نفسها.

صحيح أن بعض الناس يقولون أنهم لا يجدون أي سبب يبرر عدم تمتعهم بكامل الحرية في حياتهم الجنسية. ومع هذا فإن أول ما ينبغي لنا أن نتعلمه في كل نواحي الحياة، أننا لا نستطيع أن تكون لنا الحرية المطلقة في أن نفعل ما نشاء. فرغباتنا وحوافزنا الطبيعية يجب أن تخضع للقيود، من أجل صالحنا ومن أجل صالح الآخرين أيضاً. فلماذا يجوز استثناء الجنس وحده من هذه القاعدة، في حين يحتمل أن يتسبب السلوك الجنسي الأناني، في إيقاع ضرر فظيع بالآخرين؟

والحافز الجنسي يكون في معظم الأحيان أقوى في الرجل منه في المرأة. وهو يستطيع أن يشعر بالرغبة الجنسية دون أن يقتضي ذلك أن يكن لها الحب، وبغير وجود أية غريزة "أبوية" على الإطلاق، يمكن مقارنتها بغريزة "الأمومة" في شريكته في الفراش.

ومن وجهة نظر معينة، نجد أن حاجة الطبيعة إلى الرجل ضئيلة. فبعد أن يفرغ من أداء مهمته في غرس بذرة حياة جديدة، يصبح الاستغناء عنه ممكناً. في حين أن الأم هي التي لا يمكن أبداً أن يستغني عنها طفلها. وهذا هو السبب في أن مشاعر المرأة الجنسية مرتبطة ارتباطاً وثيقاً بغريزة الأمومة. وغريزة الجنس التي لا تبحث عن هدف سوي اللذة الجسدية، هي لهذا مجرد حافز أناني، لأنها لا تحسب حساباً

لحاجات وحقوق الشريك، ولا للمجتمع في مجموعه.

ومع هذا، فإن كل الأساس الذي يقوم عليه وجودنا الإنساني، والشيء الوحيد الذي نفخر به لأنه يميزنا عن سائر المخلوقات الدنيا، يكمن في إدراكنا لما هو لنا من حقوق وعلينا من واجبات، كأعضاء في الأسرة الإنسانية. فالزواج إذن نتيجة أسفر عنها اعتقادنا بأن من الضروري دائماً أن نسيطر على غرائزنا الهمجية مراعاة لمصلحة المجتمع الذي نعيش فيه.

والزواج كذلك استجابة لنداء حاجة متغلغلة في أعماق كل رجل وكل امرأة هي الحاجة إلى الرفقة، التي لا يكون أمرها مقصوراً على الناحية الجسدية وحدها، بل يشمل الناحية العقلية والناحية الروحية أيضاً. وفضلاً عن هذا يوجد الزواج لأن الطفل يحتاج إلى والدين وإلى بيت يتوفر له فيه الأمن، حتى تتاح له فرصة طيبة لكي ينمو ويترعرع ويصبح شخصاً سعيداً موفور العافية.

أما فيما يختص بك أنت، فإن الأسباب التي من أجلها يحسن بك أن تضبط نفسك وتمتنع عن مزاولة الحياة الجنسية إلى أن تتزوج، بعض هذه الأسباب عملي، والآخر روحي.

فهناك سبب جوهري عملي، هو أن العملية الجنسية قد ينتج عنها ميلاد طفل. وقليل من الشبان المراهقين في سن ما دون العشرين، من يستطيع أن يعول زوجة وطفلاً. بل إنهم قد يجدون في مثل تلك المسئولية عبئاً فادحاً يثقل عليهم حمله ويزيد العوائق في المرحلة الأولى من حياتهم العملية.

والشاب الذي يبلغ به استخفافه بالتبعة أن يرفض مواجهة مثل ذلك الموقف، الذي كان سبباً من أسباب حدوثه، قد يكون أيضاً بذلك متعامياً عن مأساة حقيقية فاجعة. فإن الفتاة التي تجد نفسها متروكة لتعول طفلها بنفسها، سوف تجد أن الحياة قاسية جداً بغير شك.

ولقد تعارف المجتمع على أن الطفل لا ينبغي أن يولد إلا في حالة وجود زواج.

وأنا أوافق على أنه بالنسبة لبعض صغار العقول، الذين يخلطون بين الوسيلة والغاية، تدهور هذا القانون الاجتماعي حتى أصبح نوعاً من الأوهام والخرافة.

ومن المؤكد أن الأخطاء التي تقترف عن طريق طغيان الشهوة أو بدافع من الحب الحقيقي، يمكن فهم بواعثها والصفح عنها.والناس الذين ينظرون إلى الأم غير المتزوجة نظرة ترفع وتحقير، إنما يصدرون في ذلك عن قسوة وقصر نظر. وفي معظم الأحيان تكون الأم غير المتزوجة مجرد فتاة تعسة وقعت في خطأ ربما ظلت تدفع ثمنه طول ما بقي لها من أيام العمر.

ولكن وراء العرف الأخلاقي العام المصطلح عليه، سبباً كامناً.. وهو ليس بالسبب "العملي" وحسب، ولكنه سبب "روحي" أيضاً، ولا شك في أنك ستفهم على الفور، ذلك الجرح العميق الذي يبقى أثره في عقل الفتاة، إذا كان الرجل الذي ائتمنته على نفسها قد غدر بها وهجرها. وربما أسفر ذلك عن تغيير موقفها كله من أبناء الجنس الآخر في المستقبل، بحيث تنحرف نظرتها إلى الدنيا، وتنحرف حياتها أيضاً. وهذا الانحراف قد ينتقل إلى طفلها، لأن الطريقة التي سوف تتبعها في تربيته لابد أن تتأثر بمشاعرها الخاصة نحوه هو نفسه، ونحو "الجنس".

ولما كان الغرض من تكوين جسم المرأة وعاطفتها على نحو ما هما عليه، هو إعدادها لتكون أماً، فإن الجنس كعامل في حياتها يقترن بأهمية تزيد كثيراً عما تكون عليه في حياة الرجل. وفي استطاعة الرجل أن يقوم بعملية جنسية لا تعني شيئاً بالنسبة إليه من الناحية العاطفية، بل لا تكون أكثر من إشباع الشهية إلى تناول الطعام، في الواقع.

وهناك نساء من هذا النحو، أيضاً، ولكن في الأغلبية العظمى من الحالات، يكون للحياة الجنسية عند المرأة معنى عاطفي عميق. وهي في معظم الأحيان لا ترغب في العملية الجنسية ولا تستمتع بها إلا إذا مست عواطفها إلى حد كبير.

والرجال والنساء على السواء ينبغي أن يدركوا ذلك الفارق الأساسي بين

الجنسين، وإلا كان من السهل أن يسيء الرجل إلى المرأة إساءة بالغة، بسبب عدم إدراكه مدى ما تعلقه هي من الأهمية على شيء يعتبره هو حادثاً عارضاً عابراً. كما أن المرأة قد تهدم سعادتها وتقضي على راحة بالها، بسبب أنها لم تفهم أن من واجبها أن تتسامح في قلة اكتراث الرجل في التمرس بالحياة الجنسية.

وسترى أن إدراك هذا الفارق بين الرجل والمرأة يفرض على الرجل والمرأة معاً مسئوليات معينة.

فمن واجب المرأة نحو نفسها ونحو الجنين الذي قد تحمله في أحشائها، أن تتأكد من أن الرجل الذي تنوي التوحيد بين نفسها وبينه، يرغب فيها رغبة عاطفية لا مجرد رغبة مبعثها شهوة الجسد.

ومن واجب الرجل نحو المرأة ونحو الطفل، ألا يلتمس إرضاء شهوته الجسدية وحدها مع امرأة ركزت فيه أعمق عواطفها، ولكنه لا يستطيع أن يمنحها الحب الحقيقي. والطفل الذي يولد في خارج نطاق الزواج، يصادف في معظم الأحيان من المتاعب ما يزيد عن أن أمه تجد رعايتها له أمراً يشق عليها.

وأنت تذكر كيف رأينا أنك في طفولتك كنت تحتاج أكثر من أي شيء آخر، إلى شيئين اثنين: هما الأمن والحب. ولا يحدث إلا في النادر، أن الفتاة غير المتزوجة، أو الوالدين غير المتزوجين، يستطيعان أن يهيئا للطفل البيت الآمن المستقر الذي هو بحاجة إليه.

وفي أغلبية الحالات، لا يكون للطفل المولود لوالدين غير متزوجين، سوى والد واحد بدلاً من والدين، وذلك هو "أمه". وقد تكون أماً متفانية في حب طفلها، ولكنها لا يمكن أن تقوم بدور الوالدين الاثنين بالنسبة إليه، وقد تضطر إلى التقتير وحسن التدبير، لترتب مجرى أمورها على نحو يكفل رعاية الطفل وتربيته. وقد تمطره وابلاً من حبها وهو ما لا يقل سوءاً عن الضن عليه بما يكفي من الحب. فإذا كان ولداً، فإنه لن يلبث أن يفتقد نفوذ الأب ومثاله الذي يعمل على احتذائه. والواقع

أنه سيعاني الحرمان من الدعائم التي تقوم عليها حياة الأسرة، التي يحتاج إليها الطفل لينمو نمواً كاملاً. وهو عندما يكبر، وبغض النظر عن حسن معاملة الناس له، فإن الطفل قد يقاسي الأهوال حين يكتشف أنه ليس "طفلاً شرعياً".

ومن القسوة والخطأ حقاً، أن يلام الطفل على ما يكون والداه قد اقترفاه من الأخطاء. على أن الأطفال يكرهون أن يضطروا إلى الإحساس بأنهم يختلفون عن غيرهم مهما كان وجه الاختلاف شيئاً تافهاً للغاية. إلا إذا كانوا يشعرون بشيء من الامتياز، بالتأكيد، ولكن هذا لا ينطبق على هذه الحالة بالذات. أليس كذلك؟

وبعد، فماذا نعرف عن التجارب الجنسية بين الشباب الذين يحتاطون للأمر، حتى لا تسفر تجاربهم عن مولد أطفال.

والجواب على هذا هو أنه ليس في متناول الشباب العادي أية وسيلة تضمن عدم الحمل بصفة مؤكدة تماماً، مائة في المائة. فإذا كنت متزوجاً، فإن محاولتك منع الحمل إذا هي فشلت، فإن فشلها لا تكون له أهمية جوهرية جدية تتناسب مع ما قد يسفر عنه من وخيم العواقب. وربما كنت قد فضلت الانتظار فترة من الوقت قبل أن تنجب طفلاً، فإذا جاء هذا الطفل قبل الموعد المطلوب فإن هذا لا يعني أن يوم مولده هو يوم القيامة. أما إذا كنت غير متزوج، فإن الموقف يختلف عن هذا كل الاختلاف.

وعلى هذا فإنك إن لم تكن متزوجاً، فإنك أنت وفتاتك معاً سوف تقضيان نصف الوقت في بؤس عقلي شديد، خوفاً من أن يكون شيء غير مرغوب فيه قد حدث.

وقد يكون معنى هذا آخر الأمر، أن يصبح كل منكما ثائر الأعصاب حاد المزاج في معاملته للآخر. وقد تبدآن في المشاحنات، دون أن تعرفا السبب الحقيقي الذي يكون هو الخوف الكمين المختبئ في عقليكما. وقد تنتهي بهذا علاقتكما الغرامية، لأن المزعجات من هذا النوع، تفوق كل ما عداها في إفساد ما بين الناس.

وإذا حدث هذا، فإن الفتى والفتاة لا يلبثان بعد الفراق أن يسودهما الشعور بأن شيئاً جميلاً قد تحطم– ولاسيما الفتاة، التي ربما كان فتاها قد تركها وترك فيها أثراً عميقاً من الشعور بالمرارة والأسف، لأنها قد تخلت عن بكارتها في غير مقابل آخر الأمر.

أخطار العلاقات العابرة

تحدثت حتى الآن عن الموقف فيما يختص بشخصين متحابين. على أنني أعرف جيداً أنه قد تنشأ مغريات في بعض الأحيان يكون لها شأن في إلحاح الحاجة الجنسية بصورة مباغتة، أكثر مما لها من الصلة بالحب نفسه. ولهذا أقول أنك إذا لم تدقق جيداً في اختيار شريكك، فإن العلاقات الجنسية المستهترة قد تؤدي إلى انتقال عدوى المرض إلى الرجل أو المرأة.

وهناك نوعان رئيسيان من الأمراض التي تتعرض لها الأعضاء التناسلية: الأول، وهو "السيلان" مرض شديد المضايقة، وإذا لم يسعف بالعلاج فإنه قد يؤدي إلى العقم. أما الثاني، وهو "الزهري"، فمرض فتاك، إذا لم يكتشف أمره ويعالج في الوقت المناسب، فإنه قد يؤدي إلى تآكل الأعضاء والتشويه، وينتهي بالمريض إلى القبر. على أنهما مرضان كسائر الأمراض. وكل شخص صغير السن يكون قد أقدم على مغامرة حمقاء وشعر بعدها بالشك في أنه قد يكون أصيب بمرض تناسلي، يجب عليه أن يستشير طبيب، بغض النظر عن مدى خجله من الاعتراف بما فعل.

ومن الأفضل أن يتم العلاج في المراحل الأولى من المرض، بدلاً من البقاء دون علاج، والمقامرة بأن يصبح الشخص مريضاً جداً فضلاً عن أن العدوى قد تنتقل منه إلى آخرين بغير استثناء زوجة وطفل بريئين، لأن الزهري قد ينتقل بالوراثة.

على أنه من المستحسن جداً أن نجتنب الاقدام على أية مغامرة قد تسفر عن مثل تلك النتائج. وعلى الرغم من أن الأمراض التناسلية يمكن أن تعالج بنجاح إذا لقيت العناية الواجبة في الوقت المناسب، فمن المؤكد على وجه التقريب أن أي

إنسان سبقت له الإصابة بمرض منها يظل يعاني ضرراً نفسانياً بعد شفائه، وذلك بسبب ما يحتمل أن يشعر به الذنب والخجل.

ماذا ينبغي أن تفعل ؟

وهكذا ترى أن من مصلحتك تماماً أن تجتنب التجارب الجنسية العابرة. وإن أحكم ما تستطيع عمله هو أن تنتظر حتى تتزوج، قبل أن تندمج في علاقة حب جسمانية، وعقلية، وروحية، على السواء، ولنعد مرة أخرى إلى الاعتبار الاقتصادي، الذي لاشك في أنه أول الاعتبارات العملية. فلكي ينشئ الشاب بيتاً مستقراً، يجب عليه قبل كل شيء أن يكون له دخل مالي مناسب. ولا أعتقد أنه من الحكمة أن يندفع الشباب إلى الزواج، بمجرد أن تصبح أجسامهم على أهبة الاستعداد له. فالنمو الجنسي يمكن أن يكتمل في الفتاة وهي في الثالثة عشرة من العمر، وفي الفتى وهو في الخامسة عشرة. ولكن نمو الشخصية والعاطفة، يتأخر إلى ما بعد ذلك، بسبب أنهمالم يشاهدا بعد، ما يكفي من العالم ومن الناس. كما أنهما كذلك لم يعرفا بعد ما يكفي عن نفسيهما ولا عن بعضهما. وهذا على أعظم جانب من الأهمية.ففي الكائنات البشرية، يعني الجنس أكثر من مجرد ترضية جسدية– وبخاصة في المرأة– فأنت تحتاج في شريكك إلى صفات في القلب والعقل، لن تلبث أن تتلاءم مع ما فيك أنت.

وبعض الأشخاص من صغار السن، يقدمون على الزواج بسب أن كلا منهم يشعر نحو الآخر برغبة جسدية جارفة. وبعد الزواج بفترة ما من الوقت، يكتشفان أنهما لا يشعران بالسعادة معاً، إلا في الفراش. وفي حياة كل يوم، يستثير كل منهما أعصاب الآخر. فلكل منهما من العادات ما يغيظ صاحبه، كما أنهما يختلفان في الميول، وفي نوع الأصدقاء.

وفي النهاية، يؤدي هذا إلى القضاء على سعادة الفراش أيضاً.

ولو كنا لا نزال في مستوى الحيوانات الدنيا، لكان من المحتمل أن نستطيع أن

نزامل شخصاً ما، دون أن تكون لرأينا فيه، في الحياة اليومية، أية أهمية إيجابية. ولكن الوضع بيننا الآن يختلف عن ذلك. فإذا أصبح الزوجان يكره كل منهما رؤية الآخر في حياتهما اليومية، فإن المتعة الطبيعية التي تتيحها لهما حياتهما الجنسية، لا تلبث أن تتبخر. ومن المؤكد أن الشقاء في الحياة الزوجية قد يحدث بطريقة هي على العكس من ذلك أيضاً.

ففي بعض الأحيان، يميل الشاب والشابة أحدهما إلى الآخر لأول وهلة لأنهما متفقان في النزعات ولهما أصدقاء مشتركون. ولكن حين تبلغ العلاقة بينهما درجة الزواج، فقد يتضح أن أحداهما– أو كليهما– قد ربى تربية خاطئة، بحيث نشأت معه فكرة أن الحياة الجنسية مستكرهة أو مخجلة.

وهناك لا يكون للسعادة وجود في حياتهما الجنسية، مما ينتهي بتسميم الصداقة والانعطاف بين مثل هذين الزوجين. وهكذا ترى أن اختيار شريك الحياة ليس غاية سهلة المرام. ولهذا لا ينبغي التسرع في ذلك الاختيار.

امنح نفسك الفرصة، بلقاء الشركاء المحتملين، والمقارنة بينهم، واستفد من الوقت الذي يجعل المجتمع فيه من زواجك أمراً ليس عملياً، لتتأكد من أنك ستتخير لنفسك خيرة حكيمة، وعلى هذا فهناك بعض الصواب في ذلك العرف الاجتماعي وتلك الاعتبارات الاقتصادية، التي ترغم معظمنا على الانتظار وعدم تعجل الأيام، قبل الإقدام على الزواج.

ومن ناحية أخرى، فإنه إذا تلاقى شاب وشابة، توافقان من الناحيتين الجسمانية والعقلية، ومتعلمان تعليماً معقولاً يسدد خطاهما في الحياة، فإنني أوافق في مثل هذه الحالة، على أن الزواج المبكر قد يرسي أساس سعادتهما الدائمة.

إن هناك كثيراً من الأسباب التي تبرر اجتناب الاندفاع في التجارب الجنسية قبل الزواج، لاسيما فيما يعني الفتيات. وأعظم هذه الأسباب أن كل شيء رائع، يزداد روعة إذا كان علينا أن ننتظره. فإذا كان في وسعك هذا، فمن الخير أن تنتظر

حتى تظفر بسعادة كاملة حقاً، بدلاً من أن تختلس القليل من هنا ومن هناك على نحو لا يدع لك سوى الشعور بأنك قد أخطأت في حق نفسك، وفي حق شريكك أيضاً. والفتيات، بصفة خاصة، ينبغي أن يتذكرن شيئاً واحداً.

فمهما تكن أفكار الرجل تقدمية، ومهما بلغ من اتساع آفاق تفكيره اتساعاً حقيقياً أصيلاً، بغض النظر عن محاولته المفتعلة أن يحملك على أن توافقي على فعل شيء يريده، فإن كل رجل يتمنى في قرارة نفسه ألا تكون زوجته قد مسها بشر قبل زفافها إليه. على أنه قد يقول غير ذلك. وقد يعتقد مخلصاً أنه لن يسمح لنفسه بأن يشهر من ماضي الفتاة سلاحاً في وجهها. فإذا كان لها ماض، وكان هو يحبها حقاً، فإنه جدير بأن يحتمل الحياة مع هذا الماضي. ولكن الرجل في أعمق أعماق قلبه، يحس تماماً بأن تأكده من أن زوجته لم تعرف غيره، أنما هو شيء مقدس بالنسبة إليه.. وإلى أي رجل. وعلى هذا، فلماذا تقذف بعيداً بشيء لن يقدر لك أن تستعيده لكي تعطيه من جديد، إذا كان الشخص المقصود لم يكن بعد كل شيء هو غرامك الأول في الوقت الحاضر، بل كان شخصاً آخر لا يزال بانتظارك في المستقبل؟

أعط نمو شخصيتك الوقت الكافي حتى يدرك نمو جسمك. وأعط نفسك الفرصة لتقابل مزيداً من الناس. فالشخص الذي قد يبدو لك اليوم موافقاً، قد لا يبدو لك كذلك غداً، حين يتقدم نموك. ولن تكون راغباً في أن تترك وراءك المرارة العميقة، التي لابد أن تتخلف عن وعودك التي لم تحافظ عليها. ولتحاول أن تفهم الطريقة التي تفكر بها عقول الآخرين، وأن تواصل الرقابة على تفكير عقلك أيضاً. واجتهد في أن تفهم انه وأن كان يبدو من العسير جداً بالنسبة إليك أن يطلب منك تأجيل استعمال قواك الجنسية بصفة مؤقتة، فإن هذا هو الثمن الذي تدفعه كمواطن صالح، في سبيل انسجام حياتنا الاجتماعية. وذلك بأن علينا جميعاً أن نتسامح في مشاعرنا وغرائزنا لمصلحة المجتمع. وليس في وسعنا أن نفسد الأمور كلما بدا لنا أن نفسدها، ولا في استطاعتنا أن نأخذ الأشياء على مانشتهيها، وإلا أصبحت الحياة الاجتماعية فوضى لا ضابط لها.

واستخدامك لقوة سيطرتك لن ينجم عنه أي ضرر لك. بل أنك سوف تمنح بذلك شخصيتك وعواطفك فرصة، لملاحقة نموك الجنسي. وهكذا تصبح بعد سنوات قلائل، أقدر على أن تبدأ حياة زوجية، مع الشخص الذي تحبه الآن، أو أقدر على أن تدرك، أن الشخص الأول لم يكن أفضل ما اخترت، وبهذا تستطيع أن تتخير سواه.

الفصل الرابع والعشرون

أنت والعالم

أنت عند نقطة تحول في حياتك على وشك أن تتخذ مكانك كعضو في مجتمع الكبار.

فماذا يكون مستقبل حياتك المباشر؟

إن من الطبيعي بالنسبة إليك، أن ترغب في أن تقف على قدميك، وأن تصبح مستقلاً، وأن تعبر عن نفسك كفرد، في العمل، كما في أوقات الفراغ، على نحو ما يفعل والداك.فإذا كان والدك حكيمين، فإنهما بعد أن أعطياك من الحب وأتاحا لك من الأمن ما كنت بحاجة إليه في طفولتك، سوف يتوجان رعايتهما لك الآن بمساعدتك على إدراك هذا الهدف الجديد.

وربما كان قد أصبح في معتقدك أن كسب الرزق رمز الاستقلال الذي تتشوف إليه. فهو من شأنه أن يمنحك شعوراً ممتازاً من الإحساس المتزايد باحترام النفس. وهذه مغامرة في حد ذاتها.

وإني لأسائل نفسي عما إذا كنت قد خلوت إلى نفسك، منذ حين غير بعيد، وحاولت أن تحدد بنفسك، ماذا تحب أن تجيئك به السنوات القليلة القادمة. ما هو نوع العمل الذي ستقوم به؟ وما هو هدفك من وراء الاضطلاع به؟ وكيف تحب أن تعيش، في خارج ساعات عملك؟

لقد تغيرت الظروف والملابسات إلى درجة عظيمة في غضون السنوات القليلة الماضية، حتى نظام التعليم، قد طرأ عليه، ولا يزال يطرأ عليه، التقدم إلى حد ملحوظ.

والكثير من الأشخاص صغار السن، بعد كفاحهم في عليا مراحل التعليم، يجدون أنفسهم بعد أن تجاوزوا سن الثلاثين، غير مزودين التزود الكافي لأن يكسبوا أرزاقهم، بسبب أنهم قد درسوا موضوعات جامعية، ولم يدرسوا موضوعات عملية. وهذا قد لا يزال منطقياً على بعض المدارس، وبصفة عامة– على أية حال– يزداد الآن منح الشباب الفرص، لا لتحصيل التعليم "الكلاسيكي" وحسب، بل لتحصيل التعليم العملي إذا كان هو الأكثر موافقة لميولهم وظروفهم.

ومنذ سنوات ، كانت هناك حالات كثيرة من التعطل عن العمل. واليوم الظروفلم يعد هناك سبب للخوف من البطالة، إذا أنت قمت بعملك على وجه مرض إلى حد معقول.

وهذا من الأهمية اليوم بالنسبة إلى صغار السن فقبل الحرب، ربما كنت مضطراً إلى العمل، لمجرد حاجتك إلى كسب رزقك، بحيث تؤدي مهمة مجهولة العواقب بالنسبة إليك، لا تنتهي بك إلى نتيجة ما. وفي ذلك الحين لم يكن من المستغرب أبداً أن يستخدم الشباب كصبيان يتولون توزيع السلع على مستهلكيها، أو "سعادة" يحملون الرسائل جيئة وذهاباً، أو صبية في المكاتب يؤدون المهام التافهة، أو ما يطلق عليهم اسم "المتدربين" في عالم الصناعة، بحيث يجدون أنفسهم بعد بضعة أعوام قد عزلوا من وظائفهم، لا لسبب سوى أنهم طالبوا لأنفسهم بأجور "رجال"! على أن النقص في الأيدي العاملة اليوم، يجعل مثل هذا غير محتمل الحدوث.

ولكن هذا في حد ذاته لا يخلو من الأخطار. فإذا أنت عرفت أنك مطمئن إلى بقائك في عملك بصورة معقولة، فإنك قد تستسلم للإغراء وتتكاسل في أداء عملك بالطريقة الآلية دون أن تحاول رفع مستوى كفايتك وبراعتك!

وهذا يكون من الحماقة بمكان، فمن ذا الذي يستطيع التكهن بمدى المسئوليات التي قد ترغب في الاضطلاع بها بعد سنوات قلائل؟

وحتى بغض النظر عن المسئوليات، فلماذا لا تبني لنفسك الفرصة التي تتيح

لك حياة طيبة– قوامها منزل تتوفر فيه وسائل الراحة، وتسليات معقولة، واحتمال قيامك ببعض الرحلات، لترى بعض نواحي العالم؟ ولهذا فإنك حين تقدم على اختيار عملك الأول بعد استقرار رأيك على نوع العمل الذي تريد القيام به– ينبغي أن تفكر في الأمر تفكيراً عميقاً.

اختيارك عملك الأول، وحصولك عليه

بماذا يجب أن تظفر من عملك؟ وما ذا يجب أن تبذل من أجله؟

إن حياتك العملية ستستنفد جزءاً عظيماً من وقتك، حتى أنه يكون من العقيم حقاً أن ترتبط بعمل تمقته فعلاً، أو يحتمل أن تضيق به ذرعاً بعد فترة من الزمن. ولهذا يجب أن تتوخى الدقة في الاختيار. ومن جهة أخرى، ما دمت لن تحصل على أي شيء دون مقابل، فبمجرد أن يستقر رأيك على اختيار عمل معين، يصبح من واجبك أن تقبل على أدائه بنفس الحماسة التي توليها كل نواحي نشاطك الأخرى. وهذا هو عين العدالة، فضلاً عن أنه أفضل لك في آخر الأمر. وأعتقد أنه في سبيل مصلحتك، يكون من الحكمة أن تنظر إلى العمل الذي تفكر في الحصول عليه، من وجهتي النظر الآتيتين:

١– أنه وسيلة إلى غاية أعني أنه الوسيلة التي بها تعول نفسك، وبعد حلول الوقت المناسب تمكنك من احتلال المكانة التي تتوق إلى التمتع بها في الحياة.

٢– أنه غاية في حد ذاته، بمعنى أنه شيء ينبغي أن يشعرك بالارتياح وأنت تقوم بأدائه، وأن يساعدك على تنمية مقدرتك الطبيعية، مهما كان الاتجاه الذي تكمن فيه تلك المقدرة.

وقبل أن تكون لك أية خبرة، قد يتعين عليك أن تبدأ بوظيفة "ساع" في مكتب. ولا بأس بهذا أبداً! فلقد بدأ الكثيرون من الرجال الموهوبين حياتهم العملية بهذه الطريقة.

ولكنك لا ينبغي أن تقنع بأن تكون مجرد أي "ساع" في مكتب. وإذا وقع

اختيارك على عمل غير كتابي، فإنه لا ينبغي أن تقنع بأن تبدأ من أي مكان في أولى درجات السلم الذي اخترته.

وقد لا يبدو لك من الأهمية بمكان، الآن، الموضع الذي تبدأ منه– على وجه التدقيق. ما دمت تبدأ فعلاً، وتعود إلى البيت بمبلغ من النقود في آخر كل أسبوع. غير أن هذا خطأ.. في التقدير.

من الأفضل جداً أن تتخير فرصة مناسبة حقاً منذ البداية. وقد يبدو هذا واضحاً وضوح البدائه بالنسبة إلى بعض منكم. ولكن من العجب أن الكثيرين من صغار الناس أعماراً، يغفلون عن هذه الضرورة بسبب تلهفهم على البدء في العمل ،فإذا كانت رغبتك متجهة إلى أن تصبح صحفياً، فلماذا تبدأ بالعمل ساعياً في مكتب شركة صناعية؟ وبدلاً من هذا عليك أن تجد لنفسك عملاً شاغراً في إحدى الصحف أو دور النشر.

وإذا كانت ميولك متجهة إلى ناحية العلوم، فدونك المصانع والمعامل الكيمائية، حتى أقسام التجارب والبحوث في مؤسسات صناعة الأطعمة، وما إليها.. ابدأ بأي شيء على الإطلاق، ما دام يهيئ لك الاتجاه الصحيح.

قد لا تريد أن تقضي حياتك العملية كلها في مزرعة واحدة. فلاشك في أن توسيع الخبرة قليلاً بممارسة طرق مختلفة في العمل ومخالطة زملاء مختلفين، قد يؤدي إلى نتائج طيبة. وما دمت قد بدأت بالعمل في الحرفة أو المهنة التي تميل إليها، مهما بلغ من تواضع بدايتك، فإنك ستسلك الطريق الصحيح، وتكتسب خبرة طيبة تكون سنداً لك حين تريد تغيير عملك بآخر.

وربما حدثت بعض المناقشات بينك وبين من هم أكبر منك سناً، بشأن ما ينبغي لك أن تقوم به من أنواع العمل. ومن الخير أن تصغي إليهم دون استياء حتى عندما تشعر بأنهم على خطأ. فقد يكون في استطاعتك أن تستفيد من خبرتهم بالعمل والحياة.

فإذا تحدث إليك والداك بهذا الصدد، فلا يضق صدرك بما يقولان. فهما

مخلصان في القلق على مصلحتك. ولما كانا قد عنيا بشئونك سنوات طوالاً، فأنهما لا يريدان أن تقع الآن في غلطة.

وإذا لم تكن لك وجهة نظر حاسمة فيما تريد أن تفعله، فمن رأيي أن تكون أكثر ميلاً إلى الأخذ بما يسديان إليك من النصح.

ومن الناحية الأخرى، فليس هناك سبب يبرر أرغامك على عمل تعلم أنك لن تكون سعيداً فيه، لمجرد أن والدك– أو والدتك– يريد أن تحقق مطامحه الشخصية الخاصة، لأنها حياتك.. لا حياتهما، على أنه حتى إذا كانت الحالة كذلك، فإنه يجدر بك أن تصغي إليهما بمجاملة. وفكر جدياً فيما ينصحان به، لأن الحرص على مصلحتك يكمن في أعماق قلبيهما وإن كنت أنت وحدك من يستطيع أن يقرر في أي مكان يحتمل أن تكون أسعد، وأكثر فائدة.

وإذا كنت تعرف ماذا تريد أن تفعل، وكانت أمامك الفرصة السائحة كي تفعله، فلا تنصرف عنه بدافع من آراء الآخرين ورغباتهم، ولكن عليك أن تظهر لباقة وحسن تقدير، في طريقة رفضك لنصائحهم. فمن السهل جداً أن تؤذي شعور والديك اللذين يهتمان بأمرك، بالخشونة التي تأسف عليها فيما بعد. ولا تستثقل طلب المساعدة من أي شخص قد نعرفه، ممن يحترفون العمل الذي نهتم به. فإن الناس يحبون أن يلتمس غيرهم نصائحهم، ويشعرون بالارتياح إلى مقدرتهم على العون. وعلى هذا فلا تخجل من السؤال. وعليك بتوخي اللباقة. ولا تنزعج، أو تطلب أن يسدي إليك أي معروف خاص باسم الصداقة، كما لو كنت عاجزاً عن الوقوف على قدميك.

ومثل هذه اللباقة والشعور بالصلاحية، لابد من أن يتوافر في كتابة رسائل طلب الاستخدام، وفي مقابلتك للشخص الذي قد تصبح موظفاً عنده.

ورسائل طلب الاستخدام يجب أن تذكر فيها البيانات الضرورية ببساطة وإيجاز: كالسن والتعليم، والمؤهلات الدراسية، والميول الخاصة. ومثل هذا الخطاب إذا كان

مكتوباً بوضوح ومنظم الفقرات، جدير بأن يكون له من الأهمية مثل ما يكون لخطاب توصية. وقد تجد مقابلتك الأولى تجربة عسيرة بعض الشيء، خصوصاً إذا كانت خبرتك بالمقابلات لا تزال محدودة، ومقصورة على استدعائك إلى مكتب ناظر المدرسة ليتحدث إليك حديثاً ساراً أو غير سار!

وقد يسفر توتر أعصابك عن أن تسهب أو تقتضب في حديثك أكثر مما ينبغي. ولكنك تكون طبيعياً وهادئ الأعصاب جداً إذا استطعت أن تنسى نفسك بتركيز كل تفكيرك في الشخص الذي تتحدث إليه. ولا داعي إلى تغطية حالتك العصبية بالمبالغة في التواضع أو المبالغة في الكبرياء. فإنك جدير بأن تدرك غايتك ما دمت توحي إلى محدثك بيقظة العقل والاستعداد لأداء العمل على الوجه المرضي.

واحرص على أن تصغي جيداً إلى ما يقال. ولتكن إجابتك موجزة عند اللزوم، وضع نفسك في مكان الشخص الآخر، وقدم إليه من المعلومات ما تفهم أنه بحاجة إليه.

هل يكفي أن تكون كفئاً؟

أريد هنا أن انحرف لحظة عن السياق لأناقش مسألة ستصبح على جانب عظيم من الأهمية في بداية حياتك العملية وفي كل مراحلها على السواء.

ليست المقدرة والتعليم بالشيء الكافي بل أنه لا يكفي أن تكون كفئاً في ناحية اختصاصك إلا إذا كان نمو شخصيتك على مستوى واحد مع كفايتك.

أن الشخص اللماح الذكاء، إذا كان غير مواظب، ولا يمنح عمله سوى عناية متقطعة غير متصلة، فإنه يصبح آخر الأمر أقل فائدة من شخص يقل عنه موهبة، ولكنه جدير بأن يعتمد عليه. والعامل الكفء الذي لا يعنيه أن يفهم الآخرين من الناس، وأن يحسب حساب مشاعرهم الإنسانية، يكون كذلك غير مرغوب فيه، سواء بسواء.

وأنت تذكر أنني في الفقرة السابقة، أشرت إلى أن الناس يحبون أن يلتمس

غيرهم لصالحهم، ثم أشرت أيضاً إلى أن الطريقة المثلى للتصرف في مقابلتك الأولى، هي أن تضع نفسك في مكان الشخص الآخر الذي يستقبلك. وسوف أشير فيما بعد، إلى ضرورة الحرص على الانسجام في علاقاتك مع زملائك في العمل.

والآن أستطيع أن الخص لك كل هذا فيما يلي: أنك يجب أن تطبق على الحياة المعلومات النفسانية "السيكولوجية" التي أرجو أن تكون قد تعلمتها بصفة رئيسية من حياتك الخاصة، وبصفة جزئية قليلة من هذا الكتاب. فإذا كنت قد بدأت تنظر إلى دخيلة عقلك وأن تفهم كيف تدور أفكارك وتسري مشاعرك، فإنك تكون قد اكتسبت المزيد من فهم الآخرين.

وبصفة عامة، يمكن القول بأن الأفكار والمشاعر الإنسانية تدور في فلك واحد.

وحتى الشخص الذي تكرهه أشد الكراهية، والذي يبدو أكثر الناس تنفيراً، فإنه يفكر وينفعل بطريقة تشبه إلى أعظم حد طريقتك في التفكير والانفعال. ولتفكر في هذا، في أول مرة تصل فيها بشخص تكرهه حقيقة.

هل أبديت هذه الكراهية؟ وهل جعلت هذا الشخص يكرهم لذلك؟ لعلك أن كنت قد أبديت بعض سعة الصدر واللياقة، وبحثت عن شيء يعجبك فيه، لأن فينا جميعاً بعض الفضائل، بغير استثناء شر أشرارنا فلعله كان من المحتمل أن يميك إليك. وكان من الجائز أن تبدأ في العثور على أسس مشتركة للتفاهم بينك وبينه. وهذا يشبه إلى حد كبير، قصة الارتياب المتبادل بين شعبين، على نحو ما تراه، وإذا كان في وسعك أن تطبق معلوماتك النفسانية "السيكولوجية" على حياتك الخاصة وحياتك العملية، فإنك تربح ربحين:

١- إنك تصبح أكثر ميلاً إلى فعل الخير وحسن الفهم بالنسبة إلى الآخرين. كما أنهم بدورهم سوف يقابلون ذلك بالمزيد من فهمهم لك.

٢- أنك ستجد أن هذا يؤدي إلى نجاح إيجابي،في حياتك العملية وحياتك الخاصة معاً. فإذا كان اهتمامك مركزاً في خارج نفسك، أي في عملك، أو هواياتك،

وفوق كل شيء، في حاجتك إلى الآخرين وما يصدر عنك من رد الفعل بالنسبة إليهم- فإنك سوف توحي الثقة، بحيث تقبل عليك الفرص الجديدة على الدوام.

حياة العمل الباكرة

ليس العمل الجديد مبعث مسرة على الدوام، لاسيما إذا كان هو عملك الأول. على أنه جدير بأن يحتوي شيئاً من التسلية بغير شك، باعتبار أنه تجربة جديدة، وأنك ترى للمرة الأولى عالماً يختلف كثيراً عن كل ما رأيت من قبل. ولكن إذا حدث أنك وجدت نفسك جزءاً ضئيلاً جداً في جسم آلة ضخمة جداً، في دنيا العمل، فقد يبدو لك الأمر مخيفاً بعض الشيء.

وربما وجدت من المزعج لك إلى حد ما أن تنتقل من حالة كونك شخصاً هاماً في المدرسة، إلى كونك شخصية غير خافية التفاهة في العمل. ومن الطبيعي أن الملاءمة بين الإحساس بالوضعين قد تكون على شيء من الصعوبة في بداية الأمر.

على أن من واجبك أن تتذكر، أن كل الملاءمات التي تطرأ الحاجة إليها بصورة مفاجئة، تكون في معظم الأحيان صعبة في أول أمرها. ولأن الحياة في مجموعها سلسلة من الملاءمات، فإن من الخير أن تروض نفسك على تعودها.

وعندما كنت طفلاً صغيراً، تيقظت على حقيقة كونك جزءاً من أسرة. وبعد ذلك كان عليك أن تلائم بين نفسك وبين دنيا المدرسة. والآن، قد خطوت خطوة أخرى إلى الأمام- وهذا كل ما في الأمر. وكلما مضيت قدماً في طريق حياتك، فإن كثيراً من الأشياء التي كانت تبدو كبيرة في وقتها سوف تنكمش حتى تصل إلى أقدارها النسبية الحقيقية في حياتك. وكلما اتسع أفق نموك، جعل الماضي يتضاءل نسبياً. وهذا ليس مما ينبغي أن يخيب له ظنك، بل هو جدير بأن تتعلم منه، لا أكثر. وهكذا ينبغي أن تلائم بينك وبين الموقف الجديد، واضعاً نصب عينيك أنك كمبتدئ، يجب أن تتعلم. وإذا دعت الضرورة، كان من واجبك أن تتحمل التعنيف

والتعليم، بروح رياضية متسامحة. وليس معنى هذا، أنه يجب عليك أن تسرف في التواضع أو الزلفى، أو تهبط بنفسك إلى مستوى ذلك الشخص المرذول الذي "يتمسكن حتى يتمكن" سواء في المكتب أو المصنع، على نحو يزيد عما كانت الحال عليه في أيام المدرسة.

وإذا كنت قد ارتكبت غلطة، فاعترف بها، ولا تخف، وتقبل اللوم، فليس في الدنيا رجل ناجح لم يخطئ قط في ماضيه. بل استمر في ارتكاب الخطأ بين آن وآخر، ما دمت تتعلم من الأخطاء، بحيث لا تكررها بذاتها، فإن هذا معناه أنك قد تقدمت، ولم تتأخر.

ولا ينبغي لك أن تشعر بالخجل من اعتذارك من غلطة ارتكبتها، فإن الناس يرفعونك في أعينهم، إذا كنت صريحاً بهذا الصدد، وكان شعورك بالأسف من أجل غلطتك شعوراً مبعثه الإخلاص. فعدم اعتذارك حين تكون مخطئاً يكشف عن شعور غير كريم من شأنه أن يثير اعتراض الآخرين. وحياتك في هذه المرحلة تنقسم ثلاثة أقسام. فهناك علاقتك بالعمل، وعلاقتك بأصحاب العمل وبزملائك فيه، وفوق هذا شيء على أعظم جانب من الأهمية، هو ما يكمن فيك من عوامل التربية المنزلية ومؤثرات أوقات الفراغ. وكل من هذه، من شأنه أن يؤثر على ما عداه. فإذا لم تكن تشعر بالارتياح التام إلى حياتك العملية، فإن حياتك المنزلية تتأثر بسبب المضايقات التي تعود بها إلى المنزل في آخر النهار. وإذا كان هناك شيء على غير ما يرام في حياتك المنزلية، فإنك ستجد نفسك عاجزاً عن أن تخص ساعات عملك بما يكفي من التفرغ لها.

وقد يدركك الملل والضيق بالمهام المتواضعة المكرورة التي يحتمل أن تكون هي كل نصيبك عندما تبدأ عملك الأول. ولكن عليك أن تبدأ من حيث البداية. وإلا فكيف يمكن أن تتاح لك الخبرة الكافية اللازمة للارتقاء؟ وكيف تتاح لرؤسائك الفرصة لتقدير كفايتك؟

كن صبوراً. فإنك حين كنت طفلاً، كان عليك أن تتعلم السير على قدميك،

وكذلك الآن، تتعلم كيف تسير في هذا الممر الجديد، وسيكون عليك أن تتعلم، ما دمت على قيد الحياة.

فإذا قمت بأداء المهام المكرورة المعادة بوعي وإدراك، فإنك سوف تثبت بذلك صلاحيتك للاضطلاع بمسئوليات أكبر. وفي الوقت نفسه، فإنه ليس هناك ما يدعو إلى قصر اهتمامك بالعمل، على مثل تلك المهام الصغيرة المحدودة. وإذا أنت حرصت على دوام فتح عينيك وأذنيك، فإن الفرصة تتاح لك كي تتعلم شيئاً من العمل في مجموعه، من حيث طريقة سيره، وتعاون أقسامه المختلفة، وأنواع التجارة والحرف التي قد يكون متصلاً بها عن كثب، من الداخل. فإن حدث أنك أثناء قيامك بأداء واجباتك الصغيرة، قد تعرفت إلى المحور الكبير الذي يدور من حوله كل ما يجري من حولك، فسيكون لديك العتاد الكافي حين تواتيك الفرصة، لتحتل مركزاً يقترن بمزيد من المسئولية. فأنت تريد أن تحاول اكتساب فهم جيد للعمل في مجموعه. وسيكون من الضروري أن ترتقي في وظيفتك الحالية. وإذا ما بدا لك أن تنتقل إلى غيرها، فإنك تكون قد عرفت أكثر الأمكنة مناسبة للبحث عن بداية جديدة أفضل.

وبالرغم من أنني قد كتبت الصفحات الأخيرة، بعبارات تنطبق على حياة المكاتب أكثر من انطباقها على أي شيء آخر، فإن المبدأ يظل كما هو، بغض النظر عما قد يكون اتجاهك منصرفاً إليه، من حيث فلاحة الأرض، أو الصناعة، أو الخدمة الاجتماعية.

والنصف الثاني من حياتك العملية، موطنه العلاقات الشخصية، وعلى نحو ما رأينا في الجزء الماضي، فإن هذا يقترن حقاً بأهمية كبيرة. لأنه يؤثر في نموك كشخص، وفي انسجام مجرى العمل الذي أنت جزء منه. وأنت في حياتك الخاصة، بصفة عامة، إذا لم تكن تميل إلى شخص ما، فلن تكون ثمة حاجة إلى أن تلقاه. أما في الحياة العملية، فمن المحتمل أن تضطر إلى عدم الاكتفاء بلقائه، بل الاتصال به من كثب في كل يوم. ولهذا يتعين عليك منذ البداية، أن تحدد نوع الموقف الذي تختاره لنفسك.

وإذا كان عدد من الناس يعملون معاً، ويكره كل منهم الآخر، فإن ذلك لا

يؤثر فيهم وحسب، بل يؤثر في مقدرتهم على العمل. وهذه حال تشبه أيضاً حال الجسم الإنساني الذي يحارب بعض أجزائه البعض الآخر. ومرة ثانية.. كن أنت نفسك، كأحسن ما تستطيع أن تكون. بمعنى أن تطبق معلوماتك النفسية أي "السيكولوجية"، بحيث تفهم كيف يفكر الآخرون ويشعرون، على أن يكون اعتبارك لهم ولأهوائهم، أكثر من اعتبارك لما قد تترك فيهم من التأثير.

وليس من التظاهر في شيء أن تمتنع عن المناقشة، أو أن تكتم الكراهية أو الشعور بالمضايقة. فما أشبه هذا بالأكاذيب الاجتماعية البيضاء، من حيث أن مثل ذلك السلوك المتمدين ضروري لصيانة مصالح الجماعة، أو العمل، الذي أنت جزء منه!

وهذا من شأنه أن يفيدك أيضاً، من حيث مساعدتك على تنمية قوة الاحتمال وحسن الفهم، ومن حيث الحيلولة دون قيام حواجز غير ضرورية بينك وبين الآخرين من الناس.وليس معنى هذا أن من واجبك في العمل، كما في المدرسة، أن تطأطئ رأسك لأحد ما، لمجرد كونهفي مكان أعلى. ومن المؤكد أنه لا يعني كذلك أن تلتفت بوجه باسم إلى زميل لك في العمل، ثم تغتابه في غير حضوره. ولكن من الخير أن تبدي شيئاً من اللباقة في معاملة الآخرين، وأن تحاول أن تفهم السبب في كونهم كما هم! وهذا من شأنه أن يساعدك على تدريب نفسك، بنفسك. وأن يبلغ بك آخر الأمر إلى مدى أبعد فيما يعني الناحيتين المادية والمعنوية معاً. لأنه إذا كان جو المصنع أو المكتب متوتراً، بسبب البغضاء والمنافسات الشخصية، فلن يكون في الإمكان أن يؤدي العمل على الوجه الأكمل. وللرؤساء من الموظفين كل الحق، في النظر بعين الاحتقار إلى أولئك الذين يشتهرون بأنهم "خالقو المتاعب".

وأؤكد أنني لا أقصد بهذا، إلى أن اقترح عليك الزلفى إلى صاحب العمل أو إلى زملائك الأكبر منك مركزاً، أو وجوب القناعة بعمل مكرور معاد، ومركز ضئيل غير رئيسي طول حياتك.

وهناك على أي حال، كثير من الأسباب التي تبرر قبول البدايات المتواضعة

بكل ما ينطوي عليه ذلك، حتى تدرب نفسك على الاضطلاع بمسئوليات المستقبل.

وإذا كنت قد عانيت بعض المتاعب الجدية في سبيل السيطرة على بعض الانفعالات التافهة في نفسك، فقد يدهشك كثيراً فيما بعد أن تعرف كم من الناس قد ذهبوا إلى أبعد من هذا كثيراً، فيما يحتمل، ولكنهم بسبب إغفالهم تلك الناحية بالذات، لم يتعلموا كيف يفعلون ذلك.

ويحدث أحياناً في مصنع أو مكتب، أن تكون هناك منافسات وعوامل من الغيرة قد انتهت إلى خلق أوضاع طال عهدها بوجود عصابات متآمرة معارضة بين صفوف المستخدمين، وفي وسع هذه العصابات أن تشل عمل المؤسسة بصورة غير مرضية، من طريق تقديم الاعتبارات الشخصية على المصلحة العامة. ومن واجبك أن تبتعد تماماً عن مثل تلك التجمعات وألا تسمح لنفسك بأن تجتذبك أية واحدة منها.

على أن احتفاظك بعلاقات طيبة مع طرفي النقيض، يتطلب من اللباقة ما يزيد على ما في طاقة البشر. لأن الطرفين في أول الأمر، سوف يرتابان في أنك مخادع يظهر غير ما يبطن، ويلعب على الحبلين في آن. ولكنهما في النهاية، سوف يحترمان موقفك الذي يمتاز بالأمانة والأقدام.

وأخيراً ينبغي أن تذكر أن الجنس البشري كله له عنصر أصلي واحد، وأننا تختبئ فينا جميعاً حوافز متماثلة. فإذا بدا أن الطبيعة كانت كريمة معك بصفة خاصة، بحيث خلعت عليك المقدرة في العمل والفهم في الصلات الاجتماعية، وجب عليك أن تشكر الله على نعمه التي لا تعد ولا تحصى. وهذا الإدراك جدير بأن يجعلك أكثر تواضعاً وأحسن فهماً، بدلاً من أن تصبح أكثر خيلاء وأقل جلداً على مسايرة الناس. وإلا فاتك تكون مضيعاً نفس المواهب التي تفخر بها كل الفخر.

الفصل الخامس والعشرون

الاستقرار

إن درجة مقدرتك على الاستقرار السعيد في عملك، وفي العلائق الأوسع المقترنة بحياتك بعد أن كبرت، سوف تعتمد إلى حد كبير جداً على أساس تربيتك المنزلية وتدريبيك ووجهات النظر إلى الحياة، وطرق المعيشة، تختلف كثيراً، باختلاف موارد الأسرة وعاداتها.

وكثيراً ما يكون هذا عسيراً على الشخص الصغير السن. فمن العادي أن تجده اليوم وهو يشق طريقه إلى دوائر العمل أو الطبقات المهنية التي لا ينتمي إليها والده. ولا ينبغي أن يخجل أي شخص من أساس تربيته المنزلية بسبب الفقر المادي. بل ينبغي أن تكون الحال على العكس من ذلك، فقد يكون لديك سبب عظيم للفخر بوالديك، لأن ما بذلاه في سبيلك من التضحية والتفاني، قد أتاح لك الفرصة إلى حد كبير حتى بلغت إلى أبعد مما بلغاه. ومن الخطأ على أي حال أن ترفض أن تتعلم، عندما تهم بدخول آفاق أرحب من آفاقك الأولى.

وبعض الناس يعتقدون فعلاً أنك إذا لم تكن حميد الخصال، فلا أهمية لذلك مادمت ذا مقدرة. بل أن بعضهم يذهب إلى أكثر من هذا، في ردهم على وجهات النظر المتظاهرة بالترفع، فيعزون أنفسهم بفكرة أنك إذا كنت غير ذي خصال حميدة، كان ذلك دليلاً على أن عقلك أرفع من مجرد اعتبارات العرف.

ومن رأيي أن هذا أقرب إلى حالة الفنان الناشئ المحدود المواهب، الذي يستعيض عن فشله بقوله لنفسه أنه عبقرية غير مفهومة، ويعلن هذا على الملأ بالذهاب إلى هنا وهناك وهو غير حليق الذقن ولا مغسول الوجه.

ولاشك في أنه كان هناك رجل أو اثنان من ذوي المواهب الفائقة، كان معروفاً عنهما تعمد السلوك الذي لا تقره الاعتبارات الاجتماعية المتحضرة– ولكن العكس غير صحيح. لأن مثل هذا السلوك المستهجن لا يمكن اعتباره دليلاً على النبوغ. وفوق هذا فمهما بلغ من عظمة مساهمة الشخص بعمله في أي فن من الفنون، فإنني لا أستطيع أن أتمالك نفسي إزاء الشعور بأن ذلك الفنان كان يمكنه أن يصبح أعظم مما هو بمراحل، ككائن بشري من كل نواحيه، لو أنه بذل شيئاً من العناية في سبيل المجاملات الصغيرة التي تلطف حياة كل يوم. ولعله كان من حسن حظك أنك ولدت في بيئة تسودها الخصال الحميدة. وفي هذه الحالة فإنك تكون قد تعلمت بصورة طبيعية تماماً، وبطريقة التقليد لمن هم أكبر منك، أن تقابل الغرباء دون خجل، وأن تمضي في سبيل حياتك دون أن تقترف أخطاء اجتماعية. وفي هذه الحالة، اعتبر نفسك حسن الحظ، ولا تنسب الفضل إلى نفسك في شيء هو نتيجة ما أتيح لك من فرصة طيبة عندما تجد سواك يتعثرون في ذلك الطريق بالذات.

على أن من المحتمل جداً أن يكون محيطك المنزلي صغيراً، لاسيما إذا كنت من سكان إحدى الضواحي حيث يحتمل أنه لم تكن لديك فرص كثيرة لمقابلة آخرين، وتعلم حسن السلوك معهم.

الخصال الحميدة

إن الخصال الحميدة ليست مسألة عرف، بقدر ما هي مسألة مجاملة. وصحيح أن العرف العام يسيطر على طائفة معينة من المجاملات الصغيرة في الحياة اليومية، مثل آداب المائدة. فإذا لم تكن متأكداً تماماً مما ينبغي عليك عمله إذا فوجئت بعدد ضخم من "الشوك والسكاكين" في وليمة عشاء كبرى، فمن الخير لك أن تعلم الطريقة العامة لاستعمالها، وإلا فقد يستولى عليك شعور بالنقص يحول بينك وبين إنصاف نفسك في تبادل الحديث مع من يجاورونك على المائدة.

على أنه بغض النظر عن مثل هذه الأشياء التي لا ينبغي أن تخجل من أن تسأل

عنها من كان أكثر خبرة منك، فالخصال الحميدة مسألة اعتبار للآخرين. وربما بدا لك أنني في كل فصول هذا الكتاب، قد كررت تأكيدي ضرورة النظر إلى دخيلة عقلك وقلبك لتفهم كيف يعملان، حتى تستطيع السيطرة عليهما.وليس معنى هذا على أي حال، أن النتيجة المطلوبة ينبغي أن تكون شخصاً منطوياً على نفسك مشغولاً بإدراك شئونها عن كل شيء.ولتحلل أفكارك ومشاعرك كيفما شئت. ولكن القصد من هذا يجب أن يكون:

أولاً: زيادة ضبط النفس، بحيث تستطيع إصلاح الميول الأقل استساغة في شخصيتك.

ثانياً: زيادة فهمك للآخرين.

وهاتان الغايتان على جانب من الأهمية، وإن كانت الأولى مجرد خطوة في سبيل الثانية.

وتحليل الإنسان لنفسه ينبغي أن يصبح بمرور الزمن عملية لا شعورية تقريباً.

أما فهمك للآخرين، فهو الذي يجب أن يستمر بوعي منك على الدوام، حتى يتركز انتباهك فيهم وليس في نفسك.

والمبادرة إلى فتح الأبواب لكبار السن، ومساعدتهم على ركوب عربات الترام أو الأوتوبيس، أشياء قد تبدو ضئيلة في ذاتها، ولكنها تدل تماماً على الاهتمام بالآخرين والعناية براحتهم، مما يعد من مقومات الشخصية كلها. والتفكير في مثل هذه المسائل الصغيرة يصادف بكثير من التقدير عند الناس، ومن ثم يكافئونك عليها برفع قيمتك في أعينهم. وليس قصدي أن يكون ذلك هو حافزك على مجاملة الآخرين، ولكن هذا هو ما يحدث في الحياة.

والقاعدة في الحياة أن العمل السلبي تقابله نتيجة سلبية. وحينما تبذل للناس عنايتك واهتمامك، فإنك لا تلبث أن تظفر بمودتهم.وإذا كنت قد بدأت حياتك

بداية فقيرة حددت من احتمالاتك، فإنه ليس هناك أي سبب يبرر خوفك من أنك لن تتعلم لقاء الناس بسهولة، وتجعلهم يشعرون بالميل إليك.

درب نفسك على أن تنسى نفسك، وأن تركز اهتمامك في الشخص الذي تكون معه. وليس أثقل ممن يكون جارك على مائدة العشاء، مثلاً، إذا لم يفه بكلمة واحدة. صحيح أن الشخص الأجوف الذي لا يكف عن الثرثرة، ليس خيراً من ذلك التمثال الصامت، فضلاً عن الشخص الممل الذي لا ينتهي من التحدث عن موضوع يهمه وحده حتى إن لم يكن لك به أدنى اهتمام.

والرفيق المثالي الذي تترك رفقته في الآخرين أطيب الأثر، هو الشخص الذي يستطيع الإصغاء بذكاء لأفكار محدثه وآرائه، مع إبداء الاهتمام حتى إن كان موضوع الحديث ليس مما يهمه إلى حد بعيد.

وليس معنى هذا أن تتظاهر بمعرفة ما لا علم لك به، فالأفضل دائماً إذا كنت تجهل أمراً أن تبادر إلى التصريح بذلك بدلاً من أن تتظاهر كذباً ثم تجد أن جهلك قد أنفضح. في مثل هذه الحالة، اسأل من تتحدث إليه أن يفسر لك ما يقول، ومن المحقق أنه سر لأنك طلبت إليه نصيحة أو معلومات، كما أنك سنعرف شيئاً لم تكن تعرفه. وهكذا يحصل كلاكما على ترضية ما.

ولا شك في أنك بين الحين والحين، ستلتقي بأشخاص يخالفونك كثيراً في الآراء. ولا بأس بهذا أبداً مادمت تستطيع مناقشتهم بطريقة معقولة، دون أن تستولي عليك الحدة والانفعال.

وتصادم الأفكار قد يكون شيئاً إيجابي النفع. على أن الشيء الذي يمكن أن يؤدي إلى سوء تفاهم، هو شدة تشبثك بآرائك وعدم سماحك للشخص الآخر بأن يخالفك في الرأي. وليس من اللباقة أن تشن هجوماً عنيفاً على المبادئ التي يؤمن بها شخص آخر إيماناً شديداً مخلصاً، سواء كانت تلك المبادئ متصلة بالدين أو السياسة أو الأخلاق، بل إن قيامك بمثل ذلك الهجوم يعد قحة لا تتفق مع الخصال الحميدة

ومكارم الأخلاق ، فمثل هذا الشخص له من الحق في آرائه مثل ما لك من الحق في آرائك. ومع أنك قد يخيل إليك أنه على جانب من الغباء لا يحتمل، فإنك لن تسدي إليه جميلاً مطلقاً بتصرفك معه على ذلك النحو، فضلاً عن أنك لن تفيد نفسك ولا آراءك حين تحاول أن تفرضها عليه رغم أنفه.

وهذه مسألة أخرى مرجعها في الحقيقة إلى اهتمامك بالآخرين. فلماذا تقدم على إيذائهم بمهاجمتك أشياء مقدسة بالنسبة إليهم؟ في حين أنك تستطيع التعبير عن وجهة نظرك بطريقة متزنة معقولة دون إيذاء لهم. وكثيراً ما يكون السبب في هذا النوع من الرغبة في تغيير أفكار الناس، هو نوع من الرغبة الروحية في تملك الآخرين..

وسوف يتاح لك أن تلتقي بالكثيرين من هذا الصنف من الناس، الذين يظنون أن من واجبهم إنقاذ أرواح الآخرين، وتدبير شئون معيشتهم.

ليس من عمل أحد أن يتولى شئون حياة أحد آخر، أو يحاول تغييره بأية صورة. فإن لديك ما يكفي من أمور حياتك أنت، وتغيير نفسك إلى ما هو أفضل بقدر ما تستطيع. وإذا كنت مثلاً جديراً بالاحتذاء، فإن قدرتك على التأثير في الناس أعظم كثيراً من قدرة أي كلمات مجردة.

الغرام الأول

وموضوع الخصال الحميدة يتصل أوثق الاتصال بصداقاتك وغرامياتك الأولى. وبعض المشغولين بأنفسهم من صغار السن يضيعون على أنفسهم كل الفرص في إنشاء علاقات إنسانية سعيدة، لأن عقولهم الباطنةتتجه باستمرار اتجاهاً واحداً فقط: هو الشيء الذي يريدون الحصول عليه..وهذا الاتجاه لا يصلح أساساً للصداقة، ولا للحب. وفوق كل شيء، فإنه لا يصلح أساساً للزواج فيما بعد. حتى في أوثق علاقات الصداقة أو الحب، يجب أن يكون هناك جانبان، كل منهما منفصل عن الآخر تماماً: رفع الكلفة، أو الاندماج بين شخصيتين، وانفصال كل من الطرفين في وجوده كفرد مستقل.

وفي بعض الأحيان يسيء الشبان التصرف بالغرام الأول، بحيث يلحقون بأنفسهم أشد الأذى، لأنهم يريدون ابتلاع الشخص الذي يحبونه، جرعة واحدة.

وهذا خطر يجب أن يحترس منه الشابات بصفة خاصة. ويبعثه فيهن بطريقة طبيعية تماماً، أن كيانهن الشعوري كله مرتبط أقوى الارتباط بحياتهن الغرامية، على نحو يزيد عما تكون عليه الحال في الرجل. وليس في الأشياء ما يحمل الرجل على أن يبتعد عن المرأة، أكثر من شعوره بأنه سوف يبتلع من يحب كما هو، بأسره.

والأشياء التي تغري المرأة بعملها بطرق عاطفية، تغري الرجل بعملها بطرق عقلية. فتصوره أن دوره في الحياة المشتركة، سيكون هو الأهم، يدفعه للاعتقاد بأن من واجب المرأة أن تصدق ما يقول بغير قيد ولا شرط، في المسائل التي هي فيها قادرة تماماً على أن تتخذ قراراتها بنفسها، فضلاً عن أن من حقها أن تفعل ذلك أيضاً. وفي مثل هذه الأشياء، ينبغي تطبيق مبدأ العطاء والأخذ، كما أنه ينبغي أن يسود روح المرح أيضاً.

وحاول أن تستعين بما يمكن من روح المرح أيضاً، عندما تصاب بأية صدمة تكون هي الأولى من نوعها في الحب، على نحو ما لابد أن يحدث لك في معظم الاحتمالات.

وأنا أعلم أن هذا قد يكون ألماً بالغ المرارة بالنسبة إلى شاب أو شابة في فجر الشباب، حيث يخيل إليه أو إليها أن العالم قد أشرف على نهايته. ومع هذا فإن كل شيء لا يلبث أن يذهب، وإن كان من غير اليسير عليك أن يقال لك هذا الآن.والزمن هو البلسم الذي يبرئ الجراح. كما أنه لا يجدينا أن نعود القهقرى بعقربي الساعة، حتى إن استطعنا، كي تعود إلى أوقات سعادتنا مع من وقعت عليه خيرتنا الأولى.

والخلافات التي مبعثها حدة المزاج، والتي كانت السبب في الفراق، لن تسبب إلا في الفراق من جديد. ومجرد حدوث الفراق هو في ذاته دليل كاف على أنك ومن

فارقت لم تكونا لائقين، أحدكما للآخر. وربما كان الخطأ من جانبك أنت، وربما كان من جانب الشخص الآخر، ومن المحتمل جداً أن يكون من جانبيكما معاً.

وربما كان ذلك فرصة متاحة لك لكي تبحث في نفسك عن موضع الزلل، حتى تتحاشى الوقوع في مثله في المستقبل. وكذلك ربما كان الوقت مناسباً لكي تتأمل الأمر بغير انفعال، لترى ما هو الشيء الذي لم يحز رضاك من شريكك، حتى لا تقع في نفس الغلطة عندما تقوم باختيار الشريك الجديد، على نحو ما نتورط فيه جميعاً، بدافع من الأسباب التي سبق لي بحثها في الفصل الخاص بـ "صداقات أيام الدراسة". على أن التجربة التي مرت بك في فشلك الأول في الحب، ينبغي أن تترك لك ثروة من الخبرة، بدلاً من انتقاص خبرتك، إذا كنت راغباً في أن تتعلم منها.

وكما سبق أن قلت، ربما لم يكن هناك ضير في المستقبل، في أن المجتمع يضع أمامنا من العراقيل ما يحول بيننا وبين الزواج بمجرد أن نصبح من الناحية الجسمانية على أهبة الاستعداد للحب.

فأمامنا طريق طويل للقاء الناس وفهمهم قبل أن نستطيع القيام باختيار حسن نهائي، على نحو يهيئ لنا الفرصة لزواج سعيد طويل الأجل.

الفصل السادس والعشرون

مستقبلك النهائي

هكذا نصل إلى الأفق الذي تتطلع منه إلى المستقبل: الحياة التي ترجو أن تصنعها لنفسك في أيامك القادمة، والتي تقوم الآن بإرساء أسسها. ولتكن هذه الأسس متينة، لأنها سوف يبني فوقها الشيء الكثير..ما هي أهدافك؟

من وجهة نظري، أحب أن أقول أن هذه الأهداف يمكن إيجازها في رغبتك في تنمية قواك إلى أقصى حد ممكن من كل ناحية: الجسد، والعقل، وإدراك الأماني الروحية فيما يتصل بالعمل وأوقات الفراغ والزواج وإنجاب الأطفال.

ولا تكن مسرفاً في آمالك بحيث تتخطى حدود ما وهب لك من حيث البيئة والشخصية. فإنه يكون من السخف أن تتعلق بأهداب أمنية مستحيلة التحقيق، في حين أنك قد تظفر بالرضا إذا أنت قنعت بما هو مستطاع في ظروفك الحاضرة، أو بما يزيد عنه قليلاً في بعض الأحيان.

وإذا أنت أرسيت لعملك أساساً متيناً، وحرصت فيه على بذل ما في وسعك، مع فهم المخلوقات البشرية التي سيكون عليك أن تعمل معها– فلن يحول بينك وبين إحراز نجاح مقبول، سوى حادث غير متوقع. ولا تنظر إلى المكافأة المالية باعتبارها الهدف الوحيد.

ولاشك في أنك يجب أن تحيا حياة تمتاز بالراحة والجمال، لا مجرد معيشة لا تزيد عن سد الرمق. وقيامك بالأسفار، وإحاطتك نفسك بدائرة واسعة من الأصدقاء كل ذلك من شأنه أن يساعدك في جميع مراحل عمرك على أن تستمر في تنمية نفسك، حتى تبلغ درجة المخلوق البشري، الكامل النمو. كما أن عملك يجب أن

يحقق لك أرباحاً أخرى، فضلاً عن المكافآت المادية.

وإذا كنت قد أحسنت اختيار عملك، فإنك ستكون جديراً بالشعور بالرضا عن نجاحك في استخدام جميع ما أوتيت من قدرة وموهبة. وعندما يحين الوقت لزواجك، فإني أرجو ألا لا تقدم عليه بدافع واحد، هو مجرد شهوة الجسد.

وإذا كنت قد دربت نفسك على أن تفهم نفسك، وأن تلاحظ الآخرين وتفهمهم– فإن اختيارك سوف يقع على شريك يمهد لك السبيل إلى زواج طويل الأجل، يبقى حتى بعد أن تنقضي النشوة الأولى التي تقترن بالتجربة الجنسية. ومن أجل هذا تحتاج إلى وجود أشياء مشتركة، تهتم لها أنت، ويهتم لها شريك حياتك، وإلى مثل عليا مشتركة بينكما أيضاً.

وقد يجيء وقت تشعران فيه بأنكما تواجهان خطر تضاؤل اندماج كل منكما في الآخر، فإن حدث هذا، فلا تتبع أسهل الطرق، بإلقاء اللوم في كل شيء على الشخص الآخر ،فمن النادر جداً في خلافات الأزواج أن يكون الخطأ كله صادراً عن طرف واحد.

وربما تكون قد أصبحت مسرفاً في النظر إلى علاقتك بشريكك باعتبار أنها قضية مسلمة. وربما تكون قد زعزعت ثقة شريكك بنفسه، وعرضت علاقتكما للخطر، بما تبديه دون تفكير من النقد أو خشونة المعاملة. وفي الزواج تلعب الخصال دوراً أساسي الأهمية، من حيث النظر إلى الشخص الآخر بعين الاعتبار.

وكل شخص حميد الخصال أمام الناس، ومرذولها في داخل البيت، يكون مثله مثل قبر مطلي باللون الأبيض ولكنه يضم ما تضم القبور، فإذا لم تكن مستعداً لأن تعتبر الزواج شيئاً باقياً، كان واجبك ألا تقدم عليه. ولما كنت أنت وشريك حياتك مخلوقين من سائر البشر، وغير منزهين عن أوجه النقص، فإن الزواج تكون فيه أوقات شديدة وأخرى سعيدة.

هل أنت شخص منزه عن النقص، بحيث لا يمكن أن يطلب منك احتمال

نقائص الآخرين؟

بعد أن تكون قد تزوجت مرة، يصبح من واجبك أن تبذل كل ما في وسعك لكي يدوم جو التفاهم الذي بدأ فيه الزواج. وهذا يتطلب منك ومن زوجك على السواء، تلاؤماً وتطبعاً، في كل مرحلة من مراحل الحياة الزوجية، على نحو ما احتاج تطور الحياة نفسها إلى مثل ذلك تماماً.

وإذا كان هناك أطفال، فسيكون عليك أن تتعلم وضع مصالح البيت في مجموعها، قبل رغباتك الشخصية. وإذا تفاقم سوء التفاهم بين الوالدين حتى أصبح مزمناً حقاً، فإنه قد يفسد حياة الأطفال، ويغرس في نفوسهم شعوراً بعدم الاطمئنان ربما أسفر عن آثار ضارة لا تمحى.

ولقد جرت العادة على أن الأم تضحي بنفسها دون تفكير، من أجل حياة طفلها وتوفير حاجياته المادية. وفي كثير من الأحيان يحول الجهل دون إدراكها إن مثل تلك التضحية قد تكون ضرورية أيضاً في بعض النواحي الأخرى.

وكلا الوالدين، حين تنشب الخلافات، على نحو ما لابد أن يحدث بين الحين والحين، يجب أن يحرصا على عدم تعكير جو البيت، خشية أن يصاب الطفل بشيء من الآلام النفسية.

وعلى أي حال، وبغض النظر عن وجود أطفال أو عدم وجود أطفال، فإن الخلافات بين الرجل وزوجته لا يجوز أبداً أن تهبط إلى مستوى الهمجية. وإذا لم تكن هناك وسيلة إلى التسامح والأخذ والرد والمناقشة بأسلوب مهذب متحضر، تلاشى الأمل في وجود أي نوع من السلام، لا في البيت وحسب، بل في العالم بأسره.

وحين تجد أنك أصبحت في مركز الوالد، لا الولد، فإني أرجو أن تذكر أن من واجبك اجتناب الوقوع في أية أخطاء قد يكون والداك قد وقعا فيها. فإنك لا ينبغي أن تنقل إلى جيل آخر ما انتقل إليك أنت من العقبات. فالوالد الذي يكون قد عانى مرارة الكبت في طفولته، ثم لا يلبث أن يجعل حياة طفله هو جحيماً بنفس الأسلوب،

يكون لم يتعلم شيئاً. فهو إنما يثأر لنفسه شخصياً، باستحياء "الكدمة" التي أصابته في طفولته.

على أنه يجب أن تضع نصب عينيك فوق كل اعتبار، أن أطفالك ليسوا لك بالمعنى المفهوم من لفظ الملكية. فعلى نحو ما اكتشفت أنت أنك ملك لنفسك كفرد، فإن أطفالك سوف يكتشفون مثل ذلك أيضاً. فليس من حق أي إنسان أن يحاول امتلاك إنسان آخر، وليس من حق أي والد أن يحاول قص جناحي طفله.

وهذا إغراء يضعف أمامه الأمهات بصفة خاصة. وهو أمر طبيعي جداً، لأن الأم تخص طفلها بالحب والرعاية سنوات طوالاً. ولكن الأم التي تظفر بأوفر نصيب من الحب والتقدير عندما تتقدم بها السن، ليست هي الأم التي استبد بها الإسراف في حب طفلها ورعايته، إلى محاولة الاحتفاظ به لنفسها، والحيلولة بينه وبين أن يحيا حياته الخاصة.

والأمهات والآباء الناجحون حقيقة، هم أولئك الذين بعد أن يمنحوا رعايتهم العملية والروحية في السنوات الباكرة، يكونون عندما يحين الوقت المناسب على أهبة الاستعداد لترك الابن يسلك طريقه الخاص، ويصنع حياته بنفسه.

اللّه .. وأنت

ماذا يكمن وراء هذه الحياة الإنسانية في صورتها المعقدة، حيث يوجد الفرد وحيداً، ولكنه في نفس الوقت، جزء ضروري في جماعات أكبر؟

قد تعجز عن معرفة الجواب النهائي.إذا كانت عقيدتك الدينية راسخة، بحيث تمدك بالجواب على مثل هذا السؤال، فقد تكون لديك دعامة متينة لطريقتك في الحياة، فاعتصم بها، ولا تسمح لأحد بأن ينال من هذه العقيدة. ومن جهة أخرى، فإذا خالفك آخرون في الرأي، فحاول أن تستعين بسعة الصدر، وحسن الفهم. ولا ينبغي أن يفوتك أن تدرك أن لهم مثل مالك من الحق في إبداء الرأي، وإن لم تستطع الموافقة حتى على أقل القليل من آرائهم.

على أنك إذا عجزت عن العثور في أي دين من الأديان، على جواب مقنع تماماً يفسر غوامض الحياة، فلا تظن أنك في بحر لجي ليس فيه نجم قطبي تهتدي به.

فإذا كان أمره يعينك، فإنك ستجد هذا النجم في ذات نفسك- في ذلك الاعتقاد الباطني بالخطأ والصواب، المولود فيك، وهو الضمير. وربما كان في غير استطاعتك أن تؤمن بوجود "آله" يبدو لك أنه شيء بعيد عنك، أو مجرد سانحة من خيال.

فهل من الضروري أن يكون معنى هذا، أنك لا تستطيع الإيمان بفكرة مجرد وجود مثل ذلك الإله؟ واتجاه تطور الحياة، يدل على وجود وحدة بين جميع الأشياء. والطبيعة وحدة واحدة، وفي كل نواحي الطبيعة، يوجد تناسق، وتوازن. وفي وسعنا على أقل تقدير، أن نبحث جميعاً عن مثل هذه الوحدة، والتناسق والتوازن، في حياة كل منا.

وكل عمل دنيء حقير، يؤذي إنساناً آخر، هو عدوان موجه ضد وحدة الحياة. وهو عدوان ضد إنسان آخر له مثل ما لك من حق في الحياة. وهو كذلك عدوان موجه ضد نفسك- لأنك كلما آذيت إنساناً آخر، آذيت نفسك بالسماح لها بأن تتجه في نموها اتجاهاً خاطئاً.

والعادة على جانب عظيم من القوة، والأشخاص الذين يتعودون الإضرار بالغير في سبيل الإبقاء على أنفسهم، إنما يسمحون لأنفسهم بأن تستعبدهم عادة خاطئة، ولا يلبثون آخر الأمر أن تنقطع كل الروابط بينهم وبين وحدة الحياة.

وهكذا تنتهي هذه الخطيئة- أعني الإضرار بالغير في سبيل الإبقاء على النفسبالقضاء على مرتكبها نفسه أولاً من الناحية الخلقية، وقد يمتد ذلك إلى الناحية المادية أيضاً. لأن المخطئ وإن حظي بشيء من الربح المادي بعض الوقت، فإنه لا يستطيع أن يمضي في ذلك الطريق طويلاً دون أن يلحق الأذى بالكثيرين من الناس، بحيث أنه في وقت الحاجة لا يجد معيناً يتجه إليه.

على أن بعض المثقفين قد يتشككون في المظاهر السطحية للأديان المتبعة. وقد يشعرون تماماًأنهم لا يستطيعون الإيمان بأشياء تبدو لهم مجرد خرافات.

ولكن الشيء الذي لا يستطيع أحد أن يتغاضى عنه، هو أن الحياة في مختلف نواحيها يسودها طابع واحد، هو الارتباط وتبادل التعاون بين جميع الأحياء. وأكثر من هذا أن ذلك الارتباط وتبادل التعاون يمكن أن نرى فيهما وسيلة إلى المزيد، ثم المزيد من نمو الحياة وتطورها، بدلاً من أن نرى فيهما نهاية ذلك النمو والتطور.

والشخص الذي يعتقد عن فهم، أنه جزء من الأخوة البشرية. ليس الآن فقط، بل فيما يتصل بكل الحياة التي مضت من قبلنا، والتي ستأتي من بعدنا هذا الشخص جدير بأن يصير ذا تناسق داخلي يمكنه من الصمود لكل ما قد يعترض طريقه من الصعاب، وأن يظل متشبثاً بمثله العليا.

أما من فاتهم هذا المعنى، فهم قوم أغفلت قلوبهم عن فهمه، فازدادت قلوبهم غفلة ومرضاً. وفاتهم بذلك رضا النفس، وسعادة الحياة..

ومهما تكن عقيدتك الدينية، وبغض النظر عما إذا كنت تؤمن بمجرد قاعدة "الخير" باعتبارها المبدأ الكامن وراء نظام الطبيعة.. مهما تكن عقيدتك فإنك تكون جديراً بأن تعرف رضا النفس، إذا عملت بوحي عقيدتك، ولم تقدم على خيانتها.

وأخيراً، نحن جميعاً أعضاء .. كل منا عضو من أعضاء كيان المجتمع.

الفهرس